

Hrisostom Filipescu

*Ascultă
Priveste
Atinge*

editura pim



***D**acă am putea citi în priviri nu
am mai putea respira. Toate
tainele omului se găsesc în
durere. Când sufletul încetează să
iubească cade în hău. Un om poate
iubi de cel puțin atâtea ori cât spune că
nu mai poate iubi. Iubirea niciodată nu
se sfârșește, ci se transformă. Ești așa
cum te văd ochii mei. Poate că în ochii
tăi se vede altfel. Însă când ochii mei
sărută ochii tăi, aceștia privesc spre
cer. Și niciodată nu mai ating
pământul. Fericirea nu este o valoare
care poate fi măsurată de specialiști.
Nu este nimic care să nu se rezolve cu
timpul. Mă mut în întrebare sau
răspuns?*

*Și aerul e plin de vapori de apă, dar
cine vrea să-și potolească setea trebuie
să meargă la fântână. Nu te poți
întâlni cu Hristos și acest lucru să nu
lase urme. În creație nu există repetiții:
doi fulgi la fel, doi copaci la fel, doi
oameni la fel. Ninge cu suflete pe
lângă noi. Și nu aș vrea să se topească,
ci albul lor imaculat să mă cuprindă și
să-mi îmbrățișeze privirea. Ard pentru
ceilalți. Și ieri, și astăzi, și mâine...*



Hrisostom (Sebastian Bogdan) Filipescu

eromonah, psiholog, poet și prozator. Studii de teologie, psihologie, filosofie, formare complementară în psihoterapie sistemică de cuplu și familie și cursuri de dezvoltare personală.

Egumen al *Schitului Sfânta Mironosiță Maria Magdalena - Țibucani* și psiholog clinician la *Centrul de Recuperare și Reabilitare a Persoanelor cu Handicap - Păstrăveni*.

Hrisostom Filipescu este unul dintre cei mai citați autori de limbă română din mediul bisericesc datorită modului armonios și unic în care îmbină, în scrierile sale, noțiuni de psihoterapie și teologie. În anul 2014, cartea *Puține cuvinte, multă iubire* s-a aflat în topul celor mai vândute și apreciate cărți din domeniu.

Participă la emisiuni de televiziune, acordă interviuri în presa scrisă și online și desfășoară o bogată activitate publicistică și misionară. Conferințele sale dinamice și deschise la dialog atrag publicul de toate vârstele iar sălile sunt arhipline.

Părintele Hrisostom a fost atât de frumos numit: „un isihast al iubirii, care oferă mult sprijin și dragoste românilor aflați în lumea largă, cuprinzând în rugăciune și slujire omul de pretutindeni.”

Publicații: *Puține cuvinte, multă iubire* (Editura PIM, 2013), *Puține lacrimi, multă bucurie* (Editura PIM, 2014), *Fotopateric-Chipuri smerite din Mănăstirea Secu* (Editura Lumea Credinței, 2015).

Activitate online:

<https://hrisostomfilipescu.wordpress.com>

www.hrisostomfilipescu.ro

ieromonah Hrisostom Filipescu

Ascultă, privește, atinge

Tipărită cu binecuvântarea
Înaltpreasfințitului TEOFAN,
Mitropolitul Moldovei și Bucovinei

editura pim
Iași, 2015

Ascultă, privește, atinge
Copyright © Hrisostom Filipescu, 2015
Redactor: Ioana Bostan
Tehnoredactare: Cornelia Munteanu
Foto: Tatiana Șoldeanu

editura pim

Editură acreditată CNCSIS – 66/2010

Șoseaua Ștefan cel Mare și Sfânt nr. 4, Iași – 700497

Tel.: 0730.086.676, 0732.430.407, 0733.004.203

Fax: 0332.440.715

email: editura@pimcopy.ro

www.pimcopy.ro

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

HRISOSTOM FILIPESCU, ieromonah

Ascultă, privește, atinge! / Ieromonah Hrisostom Filipescu.

- Iași : PIM, 2015

ISBN 978-606-13-2217-6

244:281.95

821.135.1-97

Când vremurile se tulbură, Dumnezeu ridică glasuri din mijlocul turmei sale cuvântătoare. Unele de tunet. Altele ca un susur de metaforă izvodită în Taina Raiului. Iar poporul alege singur fie cearta cu spor, fie încântarea în crescută credință.

Prin Părintele Hrisostom Filipescu învățăm să folosim bucuria în loc de cuvinte, ne vindecăm de rana necuvintelor din jur printr-un plasture al firii uitate: zâmbetul. Orice text al său te umple de o bucurie melancolică. Atent și coerent, el vede pe oameni prin ochii lui Dumnezeu și asta îl umple de viață. Rar ne e dat să citim astăzi texte cu viață în ele, un soi de soluție cerească transfuzionată în venele propriei îndoieli pentru a crește în noi Ph-ul credinței. Cuvinte simple, prinse în jocul de zbor al fluturilor și îngerilor deopotrivă, intime ipostaze de fotograf desmierdat în cele ale expunerii luminii duhovnicești. Un autor care a învățat că nu poți scrie decât dacă trăiești, dacă răspunzi lui Dumnezeu cu limita ta de sus, legat de cer și ascultare.

Exigent și liber, Părintele Hrisostom crește o nouă generație de cititori, de gânditori la sensurile fragile ale mântuirii. Entuziasmul meu vine din citirea textelor și cântărirea preocupărilor ucenicilor săi care mi s-au făcut cunoscuți. Îi seamănă. Zâmbete de lumină fără mască, limpeziți de atingerea apei celei din roua dimineții.

Apolinic deplin, căci Soarele este Hristos, desmierdând și certând cu liniștea născută din cunoaștere, echilibrat și viguros în reacții, Părintele Hrisostom caută să împlinească rostul dintotdeauna al călugărului, acela de a fi un bătrân frumos. Și este.

Când vremurile se limpezesc, oamenii nu mai aud și nu mai văd eforturile glasurilor ce s-au ridicat să-i binecuvânteze și să-i întărească în credință. Glasurile nu se sting, se retrag doar în murmurul rugăciunii. Se amplifică limpezirea rostirii și duioșenia meditației.

O altă generație trebuie crescută ca din ea să se nască rostirea Adevărului. Nu, duhovnicia propovăduirii nu este un act de autogenerare. Cei care propovăduiesc viața în Hristos sunt legați de ea cu toată ființa lor. Fragilitatea clipei de acum ni l-a dăruit pe Părintele Hrisostom. Cuvintele sale nasc bucurii și cresc oameni bucuroși.

*Pr. conf. dr. Constantin Necula,
profesor la Facultatea de Teologie Ortodoxă
„Andrei Șaguna” din Sibiu*

Mulțumiri

Viața noastră e un puzzle fără limite de trăiri, de situații și mai ales de ființe. Întâmplarea nu își are rost. Totul se întâmplă așa cum e scris cu cerneală providențială. În toate există câte o lecție. Suflete intră și ies pe ușa inimii noastre. Lucrurile apar și dispar în camera clădită cu mâinile și mintea. O ființă pleacă pentru ca alta să-ți calce pragul, dar nu să o înlocuiască. Sunt binecuvântat pentru că sunt înconjurat de oameni minunați. Clipă de clipă, Doamne îmi vorbește prin glasul interior al fiecărei ființe, al fiecărui lucru. De la foșnetul frunzelor, până la veselia copiilor. Toate povestesc despre bucuria de a fi viu. Și cu toții tânjim să fim iubiți și să iubim.

Am învățat că în anotimpurile vieții, suferința nu durează la nesfârșit. Pentru că întotdeauna primim de la viață ceea ce suntem, nu ceea ce dorim. Iubire, iertare... La tot pasul ne putem certa cu întunericul sau putem avea curajul să aprindem o lumină. Pietrele de care ne împiedicăm, pot fi trepte pe care să urcăm. Este nevoie doar de un gând conștient. Iar creierul nostru se trezește în fiecare dimineață cu ultimul gând cu care a adormit de cu seară.

Venim pe lume fără nimic și plecăm fără să luăm ceva după noi. Am înțeles că scrisul meu sărută inimi. Acest talant nu se cuvine îngropat, ci înmulțit ca în Pilda Talanților. Doresc cu dor nespus ca Hristos Domnul, Arhiereul cel Veșnic să rostească atunci când ne vom vedea în Împărăția Sa: *„Bine, slugă bună și credincioasă, peste puține ai fost credincioasă, peste multe te voi pune; intră întru bucuria domnului tău.”* (Matei 25, 23). Dacă nu aș fi scris, aș fi murit pe dinăuntru demult. Și poate am murit când nu am murit, pentru a nu mai muri când voi muri...

Vă mulțumesc tuturor pentru încrederea pe care mi-o acordați în actul terapeutic și nu numai, pentru inspirația pe care mi-o dăruțiți și mai ales pentru bucuria de a fi împreună în frumoasa călătorie spre veșnicie.

Gând de gratitudine părinților mei. Gând de recunoștință mentorilor mei. Gând de aleasă prețuire tuturor prietenilor, colaboratorilor și cunoscuților mei. Gând de smerită închinăciune celor din rândul monahilor, din care cu nevrednicie fac parte, din mila și darul lui Dumnezeu. Gând de bucurie cititorilor mei care mă poartă în lacrimile și zâmbetele lor. Gând de mulțumire celor care nu mă vor uita în rugăciunile lor peste timp. Gând de dragoste creștinească tuturor sufletelor care îmi locuiesc în inimă: copiii și tinerii de la Păstrăveni, unde sunt psiholog clinician; toți cei care, într-o formă sau alta, sub epitrahil cald sau în fața unor șervețele umplute cu lacrimi, îmi povestesc inimile. Vă îmbrac pe toți în iubire necondiționată și vă las în buzunarul de la piept câte o bucățică din mine... Și multe zâmbete.

Iubirea de Sine înseamnă să ai grijă de corpul tău, de mintea ta, de sufletul tău. Dacă tu nu ai grijă, nimeni nu-ți știe avea. Cum poate cineva din exterior să știe când ești însetat sau flămând? Când ți-e foame de cântec sau de tăceri? De lacrimi sau de zâmbete? Nimeni din afară nu te face fericit. Fericirea este o stare interioară... Degeaba ești cel mai bun prieten pentru celălalt, dacă nu reușești să fii cel mai bun prieten al tău și încă te mai biciui... Alege să fii de partea ta!

Prieten drag, să fii blând cu tine însuși și să ai poftă de viață! Bucurie!

Cu nemărginită dragoste,
Hrisostom Filipescu

Aprecierile cititorilor

„Puține lacrimi, multe bucurie, o carte chemată de suflet când simte nevoia să se hrănească, la greu, la răgaz, când se lasă învăluit de miracolul iubirii. O carte-balsam, tămăduitoare, revigorantă în asemenea măsură încât nu te înduri să o păstrezi doar pentru tine dar nici să o înstrăinezi și atunci, cu bucurie, o împarți, o dai în dar și celorlalți. Din iubire, cu iubire pentru că... vorba din vechime: „dar din dar se face Rai”. (Silvia Miler, poet, membru al Uniunii Scriitorilor)

„Cartea Părintelui Hrisostom Filipescu este primită de oameni ca și cum ar fi o pâine caldă, fiindcă este o adevărată hrană pentru sufletele înfometate de frumos și de bunătate. Este o carte care inspiră oamenii să trăiască în pace și bucurie.” (Irina Binder, autoarea romanului „Fluturi”)

„Părintele Hrisostom, „un isihast al iubirii”, arată dragoste pentru cei aflați în lume cuprinzând în rugăciune și slujire, omul de pretutindeni. Monahul dobândește „o inimă milostivă” față de toată creația, pe care Dumnezeu o iubește. Sunt și monahi chemați de Domnul Însuși pentru a primi misiunea de propăvăduire și de trezire a conștiinței oamenilor. Un asemenea monah este mereu „la dispoziția lui Dumnezeu”, gata mereu să asculte chemarea Aceluia.” (Arhimandrit Teofan Mada)

„E mult prea puțin să spun „Mulțumesc”... Am prea puține cuvinte pentru cât de multă iubire și bucurie transmit aceste cărți... Sunt copleșită și-mi simt sufletul mângâiat de căldura gândurilor dvs.” (Adriana Dimitriu)

„Părintele Ieromonah Hrisostom Filipescu – Egumenul Schitului Țibucani, județul Neamț – Un om al bucuriei nedisimulate, al prezenței spirituale reconfortabile și al tinereții duhovnicești, binecuvântată și plină de credință, speranță sau nădejde și dragoste...” (Stelian Gomboș)

„Mulțumiri, părinte, pentru această nouă lecție de iubire, (poate) cea mai minunată din câte am auzit. Așa ar trebui să fie, însă, din nefericire, în zilele noastre lucrurile nu stau chiar așa. Sunt privilegiată că am prins acele vremuri de demult, când scara de valori era alta. Doresc să citească foarte mulți semeni postările dvs.: (cursuri) lecții de iubire. Vor rămâne pe gânduri, vor medita și poate vor învăța în sfârșit ce înseamnă adevărata iubire. Dumneavoastră, prin exemplul personal, puteți schimba „destine”!” (Micloș Cătălina Margareta)

„Mulțumesc, părinte, pentru aceste minunate scrieri care sunt hrana sufletului meu! Mulțumesc lui Dumnezeu că v-am întâlnit și acum sunteți parte din existența mea! Binecuvântați!” (Ana Laiu)

„Părinte, ați reușit să împărțiți acea bucătică de iubire cu noi toți! Acum rămâne de văzut cum o împărțim și noi, la rândul nostru. E o „temă” permanentă de făcut acasă. Unii o facem conștiincios, unii pe jumătate, alții își uită caietul de teme prin unghere ascunse. Dumnezeu să vă dea sănătate!” (Anca Escu)

„Cuvinte curate ca într-o farmacie. Și în același timp pline de gingășie, frumusețe și merg la suflet. S-ar putea zice la farmacia sufletului. Frumos...” (Smaranda Ionescu)

„Am citit cartea! Rândurile mi-au spălat sufletul de tot ceea ce îl apăsa! Și tu ești o minune, Hrisostom Filipescu!” (Ionela Beatrice Enache)

„Îți mulțumesc, Doamne, că mi-ai mijlocit cunoașterea acestui sensibil suflet! Îți mulțumesc că îmi permiti să aflu aceste minunate slove! Mirobolante cuvinte! Îți mulțumesc, frumos OM că îmi faci loc în inima ta!” (*Carmen Rusu*)

„Ce este în suflet se reflectă în privire, pe chip. Iar chipul acestui om transmite blândețe, delicatețe, dragoste. Eu vă admir și vă apreciez din tot sufletul, părinte. Și vă mulțumesc pentru lucrarea minunată pe care o faceți (prin cărți, conferințe etc.). Dumnezeu să fie cu dvs. și cu noi cu toți!” (*Monica Crican*)

„Cărțile sunt minunate! Nu am vrut să le împrumut, am preferat să o cumpăr și să o dăruiesc pe prima, de teama să nu o pierd! Acolo mă regăsesc și mă liniștesc! Sunt cărțile mele de suflet, sunt cărțile care ar putea să ne facă mai buni... asta ar putea salva pământul, iubirea! Nău mai bine vă doresc la toți!” (*Gina Pinghel*)

„Nu pot să spun decât mulțumesc lui Dumnezeu pentru că mai are suflete cu o așa încărcătură sufletească. Se simte cum Duhul lui Dumnezeu se revarsă peste sufletele noastre păcătoase prin dvs. Fiți binecuvântat! Mulțumim că existați.” (*Traian Chira*)

„Îmi este greu să descriu emoția și trăirea care mă încearcă după ce citesc aceste gânduri „așternute” prin bunăvoința dvs., părinte, în acest „jurnal” care ne face să înțelegem cât de important este să fii om! Să iubești, să ierți, să trăiești „curat”, să te apropii de Dumnezeu... Vă mulțumesc!” (*Gigi Rizescu*)

„Doamne... Omul ăsta are har. Harul Tău, Doamne! Ție îți mulțumesc că mi-ai făcut cadou aceste rânduri... Ție Îți mulțumesc că îmi vorbești prin gura lui, că mă mustră prin cuvintele așternute de el... Doamne! Ție îți mulțumesc că ai trimis omul acesta în lume să ne aprindă lumina în întuneric....” (*K.M.*)

„Mă bucur că Te-am găsit, că îmi umpli viața precum aerul pe care îl trag adânc în piept. Ieri eram un fumător înveterat și mă

pierdeam printre rotocoale goale de fum. Trăgeam adânc în piept și mă credeam grozav. Până în ziua când, în genunchi căzând, am rămas și fără aer și fără de bani de țigări. Atunci, printre lacrimi, L-am descoperit pe Cel care șterge tristețea și sarea uscată a lacrimilor grele. Mi-a redat zâmbetul și pofta să respir. Acum am învățat să trag adânc aer curat în plămâni și să îmi purific și mintea și sufletul. În mine nu mai e loc de fum și nici de fumuri. Iar azi, mai mult ca niciodată, Te regăsesc în acest Om minunat, așa cum am descoperit cu bucurie „*Omul frumos*” dintr-un mic dar mare Puric! Da, râsul este un izvor de sănătate, o cale spre curățire. Dacă micii oameni politici ar râde mai mult, probabil că ar învăța să crească și astfel nu ar mai exista războaie și orgolii prostești. Râsul este pur și șterge oboseala. Ce bucurie și satisfacție ai atunci când iei în brațe un copil care râde în hohote. Și tu îl gâdili mai tare, iar el râde mai cu foc! Ar trebui să râdem mai mult și mai des, să facem glume, fiindcă și viața, în definitiv, este o glumă... dacă îi prinzi poanta, atunci vei înțelege că oricât te vei strofoca pe lumea asta, tot un nimic ești! Așa că fă bine și învață să-i râzi vieții în față, lasă lacrimile pentru cei care nu au înțeles nimic! Într-o bună zi Părinte, voi veni la sfinția voastră și ne vom bucura unul de celălalt, ca doi frați regăsiți după multă vreme. Mă veți învăța să rămân drept, cu zâmbetul pe față și plăcut lui Dumnezeu, fiindcă El este plin de iubire și de umor. Are un simț extraordinar al umorului, numai că trebuie să te conectezi la ultrascurtele Sale ca să poți râde sau zâmbi. Cu dragoste frățească și zâmbet sincer... vă doresc sănătate! Nihil Sine Deo!” (Constantin Butnariu)

„Toate sunt la locul lor. Și Dumnezeu surâde cu binecuvântare peste creația Sa... Fii în pace în inima ta și cerul și pământul vor fi în pace cu tine”... Doamne, ce minune, cuvintele dumneavoastră au o asemenea rezonanță, de parcă le-aș fi scris eu însămi. Vă mulțumesc din suflet, fiți binecuvântați!” (Diana Carmen Bednacz)

Caietul 1

Auzi, dar și ascuți?

- interviuri -



*„Aș vrea să îi fie cald lui Dumnezeu
la mine în inimă!”*

Interviu realizat de Vlad Diaconu, teolog

V.D. Sunteți egumenul Schitului Țibucani care o are ca ocrotitoare pe Sfânta Mironosiță Maria Magdalena, cea care a fost prima martoră a învierii. Aici, într-un cadru pitoresc, la poalele unei păduri, cerul se unește cu pământul. Cum ați ajuns aici?

H. F.: Viața nu este doar un spital în care fiecare pacient este obsedat de dorința de a schimba patul. Călătoria spre locul inimii este viața însăși. Am început viața monahală la Mănăstirea Secu în anul 2005 și din 2011 sunt în ascultare la Schitul Țibucani, unde gust cu dragoste din bucuria isihiei. Sfânta Maria Magdalena mi-a așezat tainic la inimă un dor și o iubire fără margini... Întâlnirea dintre ea și Hristos a reșezat organic toate celulele din ființa mea și am înțeles logica Domnului, comparativ cu logica omului. Nicolae Steinhardt spune că „dăruind lumina pe care nu o ai, o vei dobândi și tu.”

Revenind la întrebarea dumneavoastră, Schitul Țibucani s-a aflat întotdeauna sub oblăduirea

Mănăstirii Secu, fiind de la începuturi (1774) sub spiritualitatea paisiană. A fost ridicat din dorința unor monahi de a trăi în liniște și așa a rămas până astăzi. Pelerinii care ajung aici se pot bucura de albastrul cerului, de foșnetul pădurii și, nu în ultimul rând, pot rosti rugăciuni la ceas de taină la icoana Maicii Domnului, care se află în biserica veche. Acolo există o lacrimă de mamă...

V.D.: Din câte se poate observa, au fost ceva lucrări de renovare-consolidare în acest loc. Cum împlățiți treburile gospodărești-administrative cu scrisul și cu duhovnicia?

H. F.: Da, din darul lui Dumnezeu, începând cu anul 2011 până în anul 2014, au fost mai multe lucrări de șantier, structurate în mai multe etape. Nu sunt niște mofturi personale, ci se impuneau, mărturie fiind fotografiile de dinainte și după reabilitare. S-au desfășurat lucrări de reparație la casa monahală, bucătărie, trapeză (interior și exterior), hidroizolație, acoperiș, beci nou, centrală termică pe lemne, grup sanitar pentru pelerini și alte activități gospodărești. Însă chiar dacă nu aș fi fost eu, nădăjduiesc în bunătatea Domnului că ele tot ar fi fost întreprinse. Nu am niciun merit. Nimeni nu este de neînlocuit și, mai presus de toate, nu sunt bunuri personale. Eu mâine pot să nu mai fiu aici, dar lucrările rămân. Și părinții de dinaintea mea au avut contribuțiile lor, prioritare la

vremea aceea. Și cei care vor veni după mine vor face altele sau vor repara sau corecta din ce am înfăptuit. Așa e viața! Este important ca fiecare pe unde trece să facă viața mai frumoasă, oamenii mai buni și să se simtă că a mișcat măcar un pai. Cu un pai de aici, cu unul de acolo se adună. Să nu trecem prin viață ca Vodă prin lobodă sau ca gâsca pe apă. Să rămână ceva după noi: un copac, o casă, o fântână, un om, o carte, o amintire frumoasă. Orice, cât de mic. Dacă fiecare își face datoria acolo unde se află, lucrurile se schimbă și toate se așează armonios. Octavian Paler spunea că *„orice așteptare e provizorie, chiar dacă durează toată viața”*.

Referitor la duhovnicie, scris și altele asemenea, aceste activități se împletesc într-o formă sau alta. Întâi fac una și apoi cealaltă. Părintele Sofronie Zaharov ne învață că știința călugăriei începe cu lupta patimilor. În primul rând cu patimile brute ale cărnii, apoi cu iuțimea, iar în cele din urmă cu mândria; această ultimă etapă este, fără îndoială, cea mai dureroasă. Lupta cu mândria este într-adevăr ultima etapă pe drumul care duce la nepătimire... Așa că am mult de lucru în ogorul din inima mea!

„Când te găsești în fundul prăpastiei să nu disperi, iar dacă ai ajuns în vârful muntelui, să nu amețești”, spunea Î.P.S. Bartolomeu Anania într-o conferință, cu ani în urmă...

V.D. Aveți în mănăstire un program special de rugăciune, în afară de cele Șapte Laude de peste zi; rugăciunea inimii, votul tăcerii seara etc. Foarte inspirat alcătuit. Este importantă Liturghia în viața credincioșilor?

H.F.: Este o rânduială primită de la Părintele Mitropolit în 2011, pe care, din darul lui Dumnezeu, încercăm să o menținem ca o candelă aprinsă și care ne oferă un anumit ritm interior.

Nu se poate fără Liturghie, fără gustarea lui Hristos Euharistic. Ne împărtășim din cuvânt, din cântarea de la strană, ne împărtășim simbolic cu miridele din Potir, însă comuniunea deplină se face doar cu Hristos în noi. Îmi plac foarte mult Liturghiile misionare unde se slujește cu Sfintele Uși deschise în permanență, pentru a vedea credincioșii ce se întâmplă acolo. Înțeleg că nu e doar un spectacol de cortină și că părintele nu stă pe scaun și mormăie cuvinte potrivite, ci acolo se desfășoară ca o anamneză întreaga viață a lui Hristos, sub ochii lor, culminând cu jertfa pe cruce, cu moartea și Învierea Sa. Rugăciunile care de obicei se rostesc în taină - rostite cu voce tare înainte de ecfonist - sunt și ele o podoabă intimă a Euharistiei, deoarece introduc nu doar clericul, ci și credincioșii în atmosfera aceea tainică în care inima omului se întâlnește cu inima Domnului și își vorbesc altfel.

Să nu existe Liturghie la care preotul sau arhiereul să iasă cu Hristos în mâini, iar Potirul cald să ne invite cu cuvintele: „Cu frică de Dumnezeu, cu credință și cu dragoste apropiați-vă!” și Hristos Domnul să nu-i sărute nimănui buzele la acea Cină. Iar noi să mișcăm doar trupul, nu și sufletul, la nimeni să nu locuiască Hristos în inimă atunci. E sfâșietor de trist!

V.D.: Ce autori citește părintele Hrisostom Filipescu?

H.F.: De obicei citesc tot ce îmi pică în mână, mai ales recomandări de la prieteni sau scriitori. De la beletristică la cărți de specialitate (teologie, psihologie). Mă regăsesc în multe titluri și autori. Uite, am aici pe masa de lucru o carte la care am făcut o însemnare. Scrie Dostoievski în Frații Karamazov: „Uneori te vei simți perplex, îndeosebi văzând păcatele oamenilor, și te vei întreba: Trebuie să recurg la forță sau la umilință și la iubire? Decide întotdeauna pentru umilință și iubire. Dacă vei lua această hotărâre odată pentru totdeauna, vei putea cuceri lumea întreagă. Umlința și iubirea împreunate devin o forță formidabilă, cea mai mare forță din câte există: nu există o alta care să o egaleze. În orice zi, în orice oră, în orice minut, observă-te pe tine însuși și controlează-te, străduiește-te să ai o față frumoasă. Iată, ai trecut pe

lângă un copil și erai iritat, plin de mânie, ai spus un cuvânt urât; tu poate nici nu l-ai observat pe copilul acela, dar el te-a văzut bine și poate a văzut figura ta, urâtă și rea, și a rămas impresionat în inimioara lui lipsită de apărare. Tu nici nu ești conștient, dar poate ai aruncat în el o sămânță rea, care probabil va încolți; și totul pentru că nu ai fost atent, pentru că nu ai cultivat iubirea vigilentă, iubirea activă. Fraților, iubirea este un ghid, dar trebuie să știi să o cucerești, pentru că se cucerește cu greutate, se plătește pe ea preț mare, se cucerește printr-o muncă îndelungată și pe termen lung; trebuie să iubești nu o clipă, întâmplător, ci întotdeauna, până la sfârșit. Extraordinara blândețe a sfinților se întemeiază pe extraordinara lor umilință. Sfinții n-au acordat nicio importanță propriei lor persoane.” Nu e minunat?! Sau cât de profund spune Constantin Noica: „Oamenii mari fericesc pe copii, înțelepții pe nebuni, regii pe cei săraci și fratele fiului risipitor pe fiu. Ce destin ne trimite permanent la celălalt?”...

V.D: Atât? Dezvoltare personală nu?


H.F.: Știți cum e, iarba pare întotdeauna mai verde de partea cealaltă a gardului. Introducerea de noi paradigme de conștiință pentru a descătușa valurile de potențial uman și de a sfida gravitația este o provocare pentru „maestrii spirituali” apăruiți ca ciupercile după ploaie. Ei se vor a fi surse bogate de

înțelepciune, iubire și vindecare. Am studiat fenomenul atât sub aspect psihologic cât și teologic, iar Adevărul este Unul singur. Motivele merită totuși studiate. Unele cărți de dezvoltare personală sunt bune, altele însă sunt doar comerciale. La fel ca și formatorii. Filozofia poate începe de oriunde. O înveți pe drum. Citesc și cărți de dezvoltare personală, când timpul îmi permite, dar filtrez mult și separ nisipul de balast. Așa cum te formezi toată viața ca duhovnic, la fel pot spune și despre psiholog. Preotul este duhovnicul sufletului, psihologul este duhovnicul minții. El intră acolo și apasă pe butoane pentru a debloca programe mentale. Dar să nu târăști în căderea ta pe un altul! Fii tu însuți, omule!

Să nu uităm că în primul rând viața în Hristos este dragoste, nu morală! Pilda fiului risipitor lasă mută orice logică. Și întâlnirea lui Hristos cu Maria Magdalena... Și...

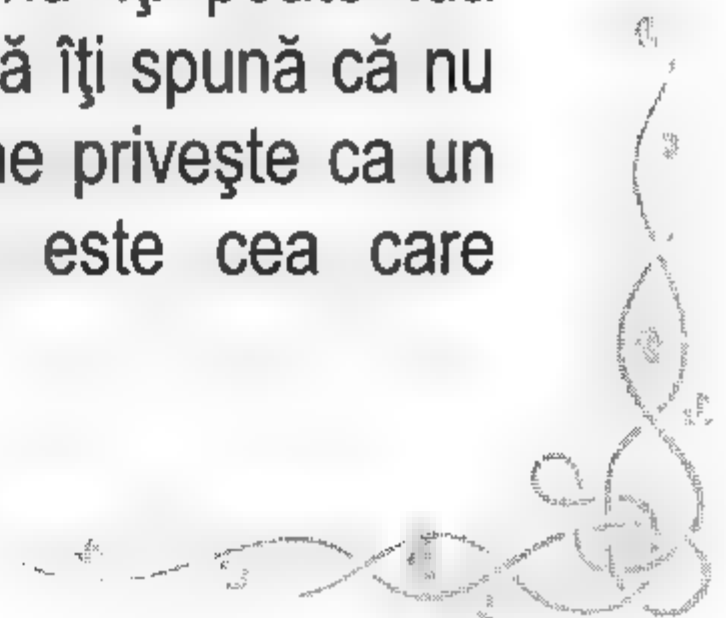
V.D.: Aveți mulți prieteni?

H.F.: Da, am prieteni și îmi place să vorbesc despre prietenie, despre iubire, ca unul care am gustat din ele pe toate fațetele. Există prietenii și prietenii, cunoștințe, întâlniri ocazionale. Prietenii cu greutate cred că sunt puțini în viața fiecăruia. Genul acela de om pe care să-l poți trezi și la 2 noaptea fără să se ciufulească. Cele mai bune lucruri în viață sunt gratis:



familia, amintirile, iubirea, zâmbetul, îmbrățișarea, sărutările, somnul, râsul, prietenii. În sufletul meu fiecare om care a trecut a lăsat câte ceva. De la fiecare om învăț lucruri noi. Se intră ușor în inima mea și se iese greu de acolo. Prietenia este o mare taină. Ne facem prieteni în diferite moduri, din diferite motive. Dar ca să dureze trebuie doar să accepți pe celălalt așa cum este. Uneori prietenii ne găsesc și, oricât am încerca să-i alungăm, ei pătrund în viața noastră, iar până la urmă ne dăm seama câtă nevoie avem de ei. Și când se termină, nu contează ce îți ia cineva când pleacă din viața ta, ci ceea ce ți-a dăruit cât a fost acolo. Iubirea rămâne cu tine, chiar dacă cel iubit pleacă. A ține pe cineva de mână este mai important decât a-i spune toate cuvintele frumoase din lume. Ne căutăm pe noi în cărți, în oameni, în rugăciuni, în dorințe, în pretenții, în cereri. Sunt cel ce întreabă, cel ce cheamă, cel ce caută... Mai bun, mai inteligent, mai puternic. Dumnezeu iubește vasele slabe pentru că acolo își arată mărinimia, minunea, iubirea. Iubirea se retrage și revine în gesturi de mare delicatețe. Să respectăm libertatea celuilalt. Suferim pentru asta, dar, omule, nu cerși ceea ce nu există.

Viața îți poate lua totul, dar nu îți poate lua Speranța. Nimănui să nu-i dai voie să îți spună că nu poți. Poți totul! Privește Sus. Doamne privește ca un Tată spre tine. Privirea Domnului este cea care



contează în viață. Contemplă o icoană și vei găsi răspunsul tău, Acolo, în acea privire. Și în tine.

Era un bătrânel care odată a întrebat un tânăr:

- Tu știi ce înseamnă prietenia?


- Depinde de situație.

- Vezi domnul acela care stă la masă? El este prietenul meu cel mai bun. Ne-am născut în 1939 și am crescut împreună. Am cumpărat amândoi o bucată de pământ și în fiecare zi venea în acest bar, beam o bere și citeam ziarul. De fapt, el îmi citea ziarul pentru că eu nu știu să citesc. Eram mereu împreună. În 1988 ne-am certat, ne-am bătut. De atunci nu am mai vorbit, nici măcar nu ne-am mai salutat. Dar, în ciuda faptelor întâmplare, în fiecare zi venim amândoi aici, la aceeași oră. Ne vedem în fiecare zi, nu ne salutăm și ne așezăm la mese diferite. Amândoi luăm o bere. În fiecare zi ia ziarul și citește știrile cu voce tare. Lumea crede că e nebun, dar o face pentru mine... din 1988!

Așadar, Doamne, fă cu mine ceea ce fac eu cu alții!

V.D.: Ce ne puteți spune despre iertare?

H.F.: Viața fiecăruia este o rugăciune. Primul loc de întâlnire cu Dumnezeu este altarul din inimă. Fiecare avem felul nostru de a ucide. Când te uiți urât și celălalt nu mai mișcă sau nu mai respiră, este paralizat cu veninul tău: prima formă de ucidere




organică. Iertarea este un act intim și tainic între mine și Dumnezeu, unde rațiunea nu are loc între noi. Cu Doamne mă întâlnesc acolo unde inima mea vorbește cu inima Domnului, fără cuvinte. Este nevoie să renunțăm la nevoia de a pedepsi pe cei care te-au rănit sau umilit. Dorința de răzbunare este o nevoie întunecată care ne ține legați de trecut, un cimitir psihic și sufletesc unde sunt doar oase goale, fără viață. Acolo sunt morminte văruite ce ne ademenesc să ne rănim. Abandonăm atașamentele față de cum ar fi trebui să-mi vorbești, să mă privești, să mă atingi, să ... și procesul de vindecare începe când alegem să ne ridicăm de la podea și să spunem „gata cu suferința, vreau să mă bucur de viață și să trăiesc în prezent”! Acum cad liber în brațele lui Doamne și mă dăruiesc. Definitiv! Doamne, fie voia Ta! Este catalizatorul care ne armonizează.

Am iubit astăzi, am iertat astăzi? Drumul dragostei nu are capăt.

V.D.: Ce ați schimba în România?

H.F.: M-aș schimba pe mine în primul rând. Aș logodi mintea cu inima. Mentalitatea balcanică are nevoie de schimbare. România e o țară frumoasă, plină de valori, de cultură. Motivul pentru care celor mai mulți oameni le este greu să fie fericiți, este credința socială că trecutul a fost mai bun decât a fost în realitate, că prezentul este mai rău decât este cu



adevărat, iar viitorul le va rezolva pe toate. Cine ne ține la podea: ura, neiertarea, îndoiala, frica, nedreptatea? Cine strigă mai tare, cine tace mai mult? Oamenii nu sunt făcuți după șabloane. Oamenii râd în față, dar plâng pe la spate. Avem nevoie să atingem inimile. Dacă tu nu te poți înțelege și accepta, nici ceilalți nu o vor face. Există un „acolo” unde nu poți să umbli? Pădure de vorbe... Apropo de asta: Se spune că un pădurar tăia din greu lemne în pădure. Un prieten îl vede și îl întreabă:

- Merge greu?

Iritat, pădurăru-l îi răspunde:

- Păi nu vezi? De câteva ore tai în continuu!

Prietenul îi răspunde:

- De ce nu încerci să îți ascuți puțin fierăstrăul?


Sunt sigur că îți va merge mai rapid!

La care pădurarul îi răspunde grăbit:

- Nu am timp. Trebuie să tai lemnele!

V.D.: Ați fi dorit să plecați din România, dacă nu alegeați monahismul?

H.F.: Creierul uman e fascinant: uităm un miros până îl simțim iar, ștergem o voce din memorie până o auzim din nou și chiar emoțiile care păreau pierdute pentru totdeauna pot fi trezite când revenim în același loc. Amintirile pot umple prezentul. Așadar, plecăm ca să avem unde ne întoarce? Nu, nu aș fi plecat



niciodată din România. Nu am vise în valiză. Iubesc foarte mult pământul și duhul acesta, oamenii, căldura de aici. Fiecare loc povestește despre ceva și mustește de viață. Aș fi studiat poate mai mult în străinătate. Ajută mult. Dar nu e niciodată prea târziu pentru nimic. Pe mine experiența din Atena m-a modelat enorm. Cred că este benefic ca tinerii să studieze în alte țări și să revină în țară pentru a resuscita sistemul, pentru a veni cu viziuni de deasupra, cu ochi de vultur. Și învățământul nostru are punctele lui forte, însă o ieșire în alt spațiu cultural e altceva. Te schimbă, te motivează.

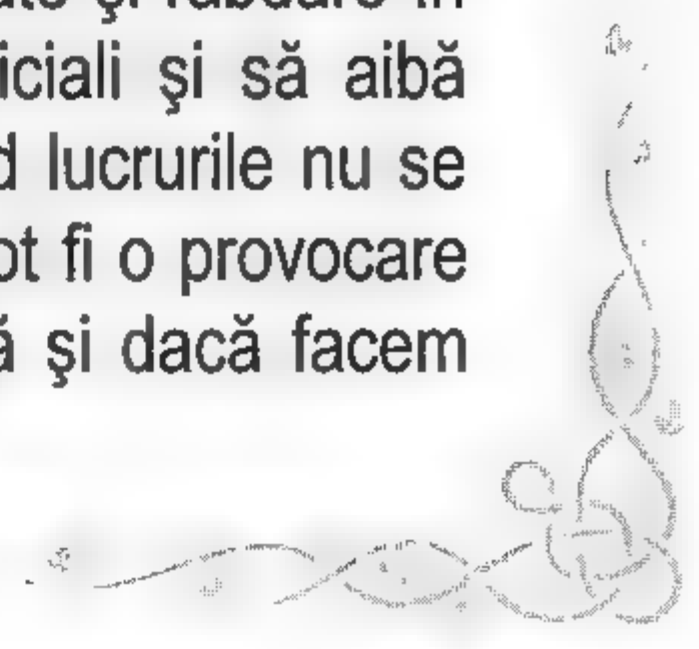
Să nu lăsăm viforul să ne cuprindă sufletele. Miroase viața a strămoși.

Odată, un discipol l-a întrebat pe Confucius cum să facă să fie fericit și senin. Acesta i-a răspuns:

- Ce întrebare ciudată îmi pui! Aceasta e ceva care vine de la sine. Niciun trandafir nu întreabă cum să fie trandafir.

V.D.: Cum vedeți generația de mâine?

H.F: Tinerii de astăzi sunt o generație binecuvântată de Dumnezeu cu multe daruri. Trebuie să pună în practică, să aibă continuitate și răbdare în domeniul fiecăruia. Să nu fie superficiali și să aibă puterea să se reorienteze atunci când lucrurile nu se așază. Antreprenoriatul, coachingul pot fi o provocare solidă, dacă știm ce vrem de la viață și dacă facem



ceea ce ne dorim noi, nu părinții noștri. Părinții nu trebuie să își trăiască visele prin copii, să proiecteze în ei reușitele sau nereușitele lor. Dacă eu am fost doar asistent medical, copilul meu musai să fie medic. Nu ajută la nimic dacă al nostru copil devine poligonul de rateuri al părinților. Generația de mâine crește în ritmul său.

Să-i vorbim pe copii de bine, să-i lăudăm, nu doar să-i criticăm. Să le vedem calitățile. Povestea un puști: „Ieri seară am fost foarte bucuros; am ieșit prima dată cu tata în oraș. M-a prezentat prietenilor și a spus despre mine că sunt un băiat bun. (Dragoș, 7 ani)”. Ce bucurie pe capul lui! Cum i-au sclipit ochii de mulțumire!

V.D.: Un cuvânt de despărțire?

H.F.: Tudor Gheorghe spune într-un cântec că „într-o zi piciorul va rămâne greu, mâna stângace, ochiul sleit, limba scămoasă”. Uneori suferim de prea mult suflet. Când tristețile te dor, uită tot și tâlcul lor. Așa că râzi când poți, cere-ți iertare când trebuie și lasă în urmă lucrurile pe care nu le poți schimba! Când râzi din toată inima întunericul din tine și din jur dispăre. Bucurați-vă de orice, oricând! Viața este o minune, clipă de clipă.

Aș vrea să îi fie cald lui Dumnezeu la mine în inimă!

Iubirea e sfântă, fără sfârșit!

Interviu realizat de Mihaela Rusu, psiholog

M.R.: Mulțumim din suflet pentru răgazul acesta în care dorim să ne lămurim câteva frământări.

H.F.: Cu drag mare. Să fie binecuvântată tihna și cu folos discuția!

M.R.: Cum e povestea dumneavoastră cu Doamne, așa cum frumos Îi spuneți?

H.F.: Întâlnirea cu Hristos este o întâlnire care te provoacă. Te cheamă, te invită, te așteaptă. Delicat, sensibil. Mă las dansat de Dumnezeu pe melodia vieții. Uneori sunt ritmuri mai line, alteori ceva mai săltărețe. Privirea Lui nu se poate șterge din inimă. Nu te poți întâlni cu Hristos și acest lucru să nu lase urme...

*M-am întâlnit cu Doamne și când radiam de bucurie, dar și când eram la podea și zgâriam mintea cu întrebarea „De ce eu?”. Când eram înconjurat de oameni sau când singurătatea devenise tratament. Când aveam burtica goală sau plină. Când era sau nu atingerea Omului frumos. Cu Doamne mă pot întâlni atât în cuvintele din *Psaltire*, din *Ceaslov*, din „*Doamne lisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu*,*

miluiește-ne pe noi și pe toată lumea Ta", din strigătul sfâșietor al inimii mele și mai ales în tăcerea din icoană, din candelă, din natură... Orice poate deveni rugăciune, moment de contemplare a Creatorului. Te poți înălța și adânci în taina dumnezeirii în orice clipă. Hristos locuiește în noi și cu noi. Dă-ți voie să simți, omule! Inima fiecăruia dintre noi este ieslea în care Doamne se naște mereu... Dar și mormântul Învierii.

Era o întâmplare cu o bunicuță care a intrat în biserică ținându-și nepotelul de mână. S-a închinat la icoana Maicii Domnului, a îngenuncheat și a început să se roage. Copilul își învârtea privirea de la bunica sa la luminița din candelă care, datorită paharului roșu, se vedea roșie. Și iar se uita la luminiță și iar spre bunica sa.

La un moment dat zise:

- Mamaie, când se face verde plecăm, nu-i așa?

Eu nu aștept în rugăciune să se aprindă becul verde.

M.R.: Puțini știu că părintele Hrisostom Filipescu a fost la început un mic poet, mărturie fiind trei volume de versuri scrise la începuturile vieții monahale („În marea de cuvinte”, „Brodez iubire”, „Popas prin suflet”). Povestiți-ne despre acea perioadă.

H.F.: Ale tinereții valuri. Aș îndrăzni să afirm că a fost mai mult o joacă de adolescent. Nu eram nici

poet, nici teolog, ci eram un june în permanente căutări. Dacă stau bine să mă gândesc, cuceream fetele cu poezii de dragoste prin anii de seminar. Acele versuri atingeau *altfel* inimile. Eram un visător. Scriam poezii, pictam, cântam. Cineva m-a încurajat să scriu, lucru care mi se părea foarte interesant la vremea aceea. Credeam că sunt grozav, dar am înțeles mai târziu că nu am „inventat” eu roata. Apoi, altcineva m-a îndemnat să folosesc condeiul pentru folosul Bisericii și să mă îndrept spre cronici. Și așa am ajuns cu scrisul în sfera duhovnicească, apoi istorică și, în cele din urmă, motivațională. Probabil a fost o evoluție, în felul ei. Au fost oameni providențiali în viața mea care mi-au oferit din preaplinul inimii lor...

M.R.: Dar și acum scrisul dumneavoastră atinge inimile altfel, într-un fel unic. Volumul dumneavoastră „Puține cuvinte, multă iubire” este în primele patru cărți în clasamentul celor mai vândute cărți din țară în anul 2014.

H.F.: Chiar așa?

M.R.: Da!

H.F.: Slavă Ție, Doamne! Să fie binecuvântat! Eu doar înmulțesc un talent care nu este al meu și de care voi da seamă, peste puțin timp, în fața lui Dumnezeu. Nu mă încântă clasamentele și sondajele acestea, ci vibrațiile inimii. Dacă o pagină a subțiat un

mod de a gândi, a atins o coardă sensibilă a inimii, a schimbat o viață de om care a înțeles că viața este un dar, ce merită trăită indiferent de ce cutremure vin asupra ta, atunci cărțile și-au atins scopul. Dacă acel suflet a înțeles că nu e nevoie să te duci în întuneric, ci că totul se poate repara cu răbdare și nădejde, deoarece viața este o luptă cu mai multe bătălii, atunci e bine. Unele meciuri le pierdem, altele le câștigăm, dar verdictul-cunună se dă la final. Și până la buza mormântului cădem și ne ridicăm. Important e, atunci când vine moartea, să ne găsească în ridicare și nu în cădere. Să fim în brațele lui Doamne! Oricât ne-am murdărit, există „detergent”, există vindecare, există iertare și binecuvântare! Niciodată să nu deznădăjduiți! Nu e voie! Dumnezeu glăsuiește în orice clipă în limba iubirii.

Venirile sunt mai importante decât plecările. Suntem născuți unici. Experiențele ne modelează și ne schimbă. Un om care nu își face rău sieși, nu face rău nici altora. Unul care se rănește pe sine este periculos pentru toți, pentru că poate lovi pe oricine. Când tu ești bucuros, toți ceilalți sunt bucuroși. Dacă tu ești trist, vei îmbrăca pe cei din jurul tău în tristețe.

M.R.: Pe lângă studiile teologice aveți studii și formări și în psihologie. Putem vorbi despre o psihoterapie ortodoxă în mediul românesc din care

faceți parte, mărturie fiind prezența dumneavoastră în mediul on-line, în mediul publicistic și mai ales în istorisirile celor care pleacă „altfel” de la o întâlnire cu dumneavoastră. Este secolul XXI o epocă a psihologiei?

H.F.: Spuneți cuvinte mult prea mari pentru mine. Eu sunt doar o rotiță în mecanismul ceasului. Nu e nimic al meu personal. Nu am niciun merit. Sunt un simplu canal de comunicare prin care Dumnezeu lucrează așa cum socotește că este de folos pentru fiecare. Există oameni cu mult mai multă experiență. Am cunoștință despre *Asociația de Psihologie Patristică (PRAXIS)*, *Asociația Psihologilor și Psihoterapeuților Creștini Ortodocși din România (APPCOR)*, unde, într-o perspectivă interdisciplinară, se pun bazele unei noi direcții de abordare în ceea ce privește problematica psihismului sufletului uman. Există diferite centre de consiliere în jurul Bisericii. În Grecia sau Rusia există o mare deschidere a Bisericii spre psihologie. Sunt ierarhi, arhimandriți, preoți, diaconi, monahi cu astfel de preocupări în lumina lui Hristos și unii dintre ei chiar practică în cabinete. Poți *pescui* un suflet rătăcit în cabinet pe care mai apoi să-l aduci în Biserică... Am întâlnit cazuri...

În schimb pot spune doar că sunt pasionat de psihologie clinică, psihoterapie, de profunzimile ființei umane. Formarea complementară m-a învățat abordarea teoretică a unor concepte și terapii, dar mai

ales organizarea și structurarea procesului terapeutic. Socot că este absolut necesar pentru un absolvent de psihologie, care vrea să practice în domeniul său de specialitate, să urmeze și o formare complementară a unui program acreditat pentru a-și însuși anumite deprinderi profesionale practice. Temele care mi-au atras atenția au fost: bolile psihosomatice în dinamica sistemului familial; copilul și lucrul cu copiii în terapia de familie; alcoolismul, dependența de droguri; terapia sistemică în familii cu persoane cu boli incurabile, invalide sau cu handicap; adolescența și adolescenții în terapia de familie și cuplu; doliul, pierderea, abandonul; divorțul în abordarea sistemică etc.

Psihoterapia sistemică de cuplu și de familie m-a învățat o mulțime de lucruri utile. Între adulți și copii este o mare diferență: copilul crede foarte mult că totul e posibil, iar adultul este convins că aproape totul e imposibil. De la formatori am înțeles că gândurile pe care le accept, cred și cultiv sunt ca o coroană ce-mi înconjoară capul. Și că aceasta coroană poate fi de spini sau de diamante, în funcție de gândurile în care aleg să cred.

Nu aș putea despărți psihologia de teologie. Ele merg mână în mână. În occidentul secularizat putem vorbi despre o avalanșă de terapii complementare, de o înmulțire a cabinetelor de consiliere și de psihologie. Așa cum fiecare familie are un medic de familie, s-a

ajuns să aibă fiecare psihologul său, unde merge săptămânal sau mai rar, de la caz la caz. Povestesc terapeutului ce au mai făcut peste săptămână, ce îi apasă, primesc teme pentru acasă, exerciții de dezvoltare personală, tehnici de autocunoaștere etc. Pentru că nu există noțiunea de duhovnic. Dar sunt și chestiuni unde este nevoie de prezența de specialitate a unui psiholog pentru a efectua manevre de resuscitare emoțională pe care un părinte nu le stăpânește întotdeauna. Nădăjduiesc ca cele două domenii - teologia și psihologia -, să se îmbrățișeze armonios pentru ajutorarea semenilor și pentru dezvoltarea umană în răspândirea iubirii. Eu am o echipă de specialiști (psihiatru, psiholog, psihoterapeut etc.) cu care colaborez atunci când mă simt depășit de patologie sau nu țin de competența mea acea rezolvare. Este un act de onestitate profesională să știi până unde te poți duce cu cineva pe drumul spre vindecare. Și este o colaborare reciprocă rodnică de ceva timp, din darul lui Dumnezeu!

M.R.: Se vorbește tot mai mult despre dependențe... Și fel de fel de boli care apar.

H.F.: Există fel de fel de dependențe, de la cele mai clasice (droguri, alcool, pornografie, jocuri, internet, pastile etc.), până la cele mai subtile (dulciuri, oameni, cumpărături etc.).

Știm bine cum funcționează programul de dependență în creier, unde dopamina, neurotransmițătorul responsabil cu senzația de plăcere, descarcă în corp o anumită chimie. Sevrăjul, manifestat prin iritabilitate, frustrare sau senzație de rău, face ca omul să nu trăiască până la capăt durerea. Dependența este o formă de anestezie a unui suflet rănit de sine, de oameni sau de evenimente. În general, oamenii care sunt în programe de dependență sunt oameni care pe interior se simt singuri, indiferent câți oameni sunt prezenți fizic în jurul lor. Nu poți să te simți singur, dacă îl ai pe Dumnezeu aproape. A fi împreună cu El înseamnă a fi veșnic.

Contează nu ce nu vreau să mai fac, ci ceea ce vreau să fac de acum! Tot ceea ce se face să se facă din iubire. Așa cum Dumnezeu nu dă doar pe jumătate, la fel și noi să nu dăruim atenție, iubire și răbdare cu jumătate de măsură. Dependența este un clopot emoțional care bate. Este un S.O.S. al sufletului care nu este lăsat să ceară ajutor. Ascultați acea toacă, sau clopot interior al celui alt și acolo lăsați-vă mintea și inima să întâlnească ...

Schimbarea începe acum. Nu doar toate gândurile, dar și toate cuvintele ne influențează viața și sănătatea. Unele creează boli. Tendința de a critica poate conduce la artrită, mânia la infecții, resentimentele la tumori și cancer etc. Celulele de la

diferite organe se regenerează în ritmuri diferite: celulele ficatului au nevoie de șase săptămâni, cele ale pielii de patru săptămâni, ale stomacului de patru zile, ale ochilor două zile. Dacă nu ne oprim singuri din malaxorul stresului, o va face corpul în locul nostru. Și astfel apar bolile. E nevoie să ne dezbrăcăm de patologia trecutului.

Învingem bolile atunci când iubirea este mai mare decât egoismul și când iertăm la fel de repede ca atunci când ne cerem scuze. Perdea de lacrimi la fereastra sufletului sau a minții...

M.R.: Ce ne puteți spune despre pierderi?

H.F.: Viața îți poate lua totul, dar nu îți poate lua Speranța. Nu e nevoie să ne întoarcem în Valea Plângerii (trecut) ca să ne bucurăm de prezent. Viața devine ceea ce gândești. Ea se cuvine să fie experimentată în Duhul Sfânt. Minte noastră poate influența materia. Oamenii de știință aduc dovezi pentru asta. Gândurile au o putere foarte mare asupra a tot ce ne înconjoară.

Bucuria interioară schimbă realitatea exterioară. Să nu mai fim victime! Să nu ne mai plângem din orice! Nu există niciun motiv pentru ca să nu iubești, indiferent ce sau pe cine ai pierdut. E drept că abia când nu mai ai pe cineva sau ceva îi simți lipsa. Dar suferința ne renaște lăuntric la un alt nivel.

Când sunt multe pierderi în viață sunt și multe lecții neînvățate. De la milostenie până la cele mai fine îndemnuri de acceptare. Constantin Noica spune: „Am văzut ceva neașteptat: un om milos care mulțumea cerșetorului pentru că-i primise dania. În fond, avea dreptate s-o facă. Fiindcă binefăcătorul există prin cel care primește. Cât de recunoscător trebuie să fie medicul bolnavului pe care l-a vindecat! Nu se știe cine dă și cine primește!”

Ce pierdem într-o parte, dobândim în alta. Se închide o fereastră, se deschide o ușă. Mereu apar noi soluții, oportunități, șanse. Nimănui să nu-i dai voie să îți spună că nu poți. Poți Totul! Privește Sus, Doamne zâmbește ca un Tată spre tine. Privirea Domnului este ceea ce contează în viață, ea nu înșală! Contemplă o icoană și vei găsi răspunsul tău Acolo, în acea privire... Și în tine! Dacă ești tu însuți, fără măști, ești frumos!

M.R.: Cum vedeți dialogul dintre părinți și copii?

H.F: Copilul dă credit oricui. Oferă un cec în alb. Copiii știu mult mai multe decât își imaginează părinții lor că știu. Iar dacă nu le oferim răspunsuri autentice la căutările lor, oricum le vor găsi în altă parte, însă aceia nu le vor dăruia și dragostea. E nevoie să fim și prietenii copiilor, nu doar părinții lor.

Se spune că un băiețel stătea de vorbă cu bunica lui:

- Bunică, îmi poți spune cum am venit eu pe lume?

- Păi într-o zi barza te-a adus mamei tale.

- Și mama cum a venit?

- Părinții au cules-o din grădină, dintre flori.

- Dar tu, bunică?

- Pe mine m-au cumpărat părinții de la piață.

Mergând în cameră, băiatul își notează în carnețelul lui cu impresii: „De trei generații, în familia noastră nu au mai fost nașteri normale”...

Știați că 98% dintre mame și 90% dintre tați își îmbrățișează zilnic copiii cu vârste mai mici de doi ani? Doar 70% dintre mamele și 50% dintre tații copiilor de 10-11 ani mai fac acest gest zilnic. Ce am putea spune despre adolescenți sau maturi?

Tu, omule, ți-ai îmbrățișat copilul astăzi?

M.R.: Un cuvânt de încheiere?

H.F.: Uneori când mai fac gafe îmi spun: Hrisostom, ai avut o șansă extraordinară să taci! Ai ratat-o, dar se dau restanțe până iei notă de trecere la Doamne. Uneori e nevoie să cobori în cele mai întunecate adâncuri ale ființei umane, căutând, căutându-te. Așteptând, așteptându-te. Iertând, iertându-te. Și un firicel de lumină este de ajuns ca întunericul să nu mai fie întuneric.

E important să știi să te oprești singur și să te protejezi din relațiile abuzive. Am întâlnit oameni care ar da orice pentru o clipă autentică de iubire, pentru o îmbrățișare, pentru un sărut curat, pentru o mângâiere, pentru o clipă de atenție... Oamenii au nevoie de iubire și de sens acum mai mult ca niciodată! Iubirea e sfântă, fără sfârșit! Să purtăm Împărăția lui Dumnezeu în noi și să o răspândim în lume. Credința nu este despre definiții, ci despre descoperirea tainei persoanei. Să dobândim dragostea!

Când moare omul, de a fost trupul fără păcat, sufletul îl sărută de sus până jos și zice: trupule, floare, cum m-ai purtat tu pe mine și m-ai păzit! Nicio clipă, nicio oră, nicio zi nu se va mai repeta. Bucurați-vă de fiecare moment alături de cei dragi, poate fi ultima dată... Aceasta este minunea de a fi viu!



*„Îți mulțumesc, Doamne,
că Te-ai gândit să fiu și eu!”*

Interviu realizat de Magda Câmpeanu,
blogger, jurnalist

*M.C.: Ce reprezintă data de 11 august 2007
pentru dumneavoastră?*

H.F.: Pe data de 11 august 2007 Dumnezeu mi-a sărutat sufletul într-un mod care nu poate fi nicicând uitat. Este momentul în care sufletul meu a făcut cununie cu Hristos pentru veșnicie. Monahul este cel care cu ochii zâmbeste, dar cu sufletul suspină pentru durerile lumii. Doamne lisuse Hristoase, miluiește-ne pe noi și pe toată lumea Ta!

M.C.: Ce v-a îndemnat să mergeți la mănăstire?

H.F.: Viața este o călătorie spre nemurire. Dintre toate stelele eu am ales doar una care îmi luminează întunericul existențial. Opțiunea mea este un act de iubire. În felul acesta am mulțumit Domnului pentru darul vieții... Așa am știut eu să mulțumesc, prin iubire. Mănăstirea șlefuieste precum o apă colțurile ascuțite ale pietrelor interioare și le rotunjește, le face fine. Este o poveste de iubire spusă cu *altfel* de rostire.

M.C.: Care sunt lucrurile care vă bucură?

H.F.: În toate lucrurile este nevoie de măsură, de dreaptă socoteală. Sunt un om al bucuriei, al zâmbetului. Mă bucură lucrurile firești, mărunte, simple. O plimbare în pădure, o carte bună, o întâlnire cu Omul, copilul care se joacă frumos, bătrânul care zâmbește cald, câțelul plin de bucurie, pisica leneșă care toarce a tihnă, toate pot deveni adevărate porții de sărbătoare pentru suflet și minte. Desaga cu bucurii este în inima fiecăruia. Dumnezeu nu are nevoie de oameni încruntați și veșnic nemulțumiți.

Dincolo de momentele mele de povestit cu Dumnezeu, mă bucură mult scrisul, mă împlinește. Am cochetat și cu pictura, cu fotografia. Mă mângâie artele într-un fel aparte. Aștern gânduri, mă joc cu rimele sau cu versul alb. Îmi ascult glasul interior și scriu cu colțul inimii. Adeseori mă simt doar un scrib...

M.C.: Care a fost cel mai important sfat primit vreodată?

H.F.: Am primit multe sfaturi și primesc în continuare. Până la buza mormântului învățăm. Mă plec cu recunoștință tuturor celor care mi-au așezat un cuvânt, un gând în inimă. De la fiecare om care îmi apare pe Cale am ceva de învățat. Nimic și nimeni nu este întâmplător în viața noastră. Fiecare dintre noi reprezintă un dar pentru ceilalți.

Trei sfaturi îmi sunt dragi: „Cine se pregătește este deja!”, „Să caut mereu lumina din viața oamenilor” și „Hai să vorbim ceasuri întregi despre tăcere!”.

M.C.: Care credeți că este rolul nostru în lume?

H.F.: Să învățăm să iubim, să iertăm, să ne bucurăm de minunea vieții. Suntem aici într-o continuă lecție și poveste de iubire. De când ne naștem pornim în căutarea iubirii. Cădem, ne ridicăm, rănim, suntem răniți, ne umflăm, ne dezumflăm. Când în sfârșit am învățat să iubim curat, Doamne ne ia la El pentru ca nimeni și nimic să nu mai murdărească acea iubire. Iartă, iubește, binecuvântează, ești o minune! Bucură-te, suflete! Această clipă nu se mai întoarce niciodată! Viața pe care o trăim este rugăciunea pe care o oferim lui Dumnezeu.

M.C.: Ce importanță are Sfânta Liturghie în viața creștinului?

H.F.: Liturghia este centrul vieții creștine. *Axis mundi*. Din potir luăm putere, har, iubire și iertare. Unindu-ne cu Hristos reușim, din darul lui Dumnezeu, să gustăm bucuria comuniunii. Avem nevoie de Liturghie, de a ne uni cu Hristos. Euharistia (mulțumirea) nu este premiul I cu coroniță pentru sfințișori, ci medicament pentru suflet și mai mult de atât. Iau „pastila”, Doamne, să vindece Hristos în mine

ceea ce omul nu poate vindeca și totodată să reușesc să iau har și putere în lupta cu păcatul. Cad, mă ridic. Important este să nu dezertez, să nu divorțez de Hristos. Smerită cugetare. Hristos nu numără căderile, ci ridicările omului! Nu o să întrebe de ce am căzut, că știe, ci de ce nu ne-am ridicat, de ce am crezut că nu ne poate ierta, iubi, îmbrățișa?! Nu putem noi greși cât poate Dumnezeu ierta! Dar să fie „stare de întoarcere” a fiului risipitor către Tatăl Ceresc. Unire cu Hristos Euharistic.

M.C.: Ce locuri din România vă bucură și de ce?

H.F.: Fiecare loc din România are specificul, farmecul și frumusețea sa. Îmi plac tradițiile românești, portul. Am chiar o ie care îmi este foarte dragă. Mă bucură locurile care au parfum românesc autentic și oamenii care nu pun privirea în pământ când spun că sunt români! Sunt zone pe care le-am vizitat și locuri în care încă nu am ajuns, dar pe care le am în suflet cu aleasă prețuire. Așa că nu o să vă indic un loc anume, ci vă spun vorba bătrânească dulce și plină de adevăr că *omul sfințește locul, nu locul pe om*. Fă Rai din ce ai!

M.C.: Ce are de învățat un frate de mănăstire?

H.F.: Să nu îl cântărească pe Dumnezeu și să se păzească de judecată. Ai văzut un episod din viața

unui om, nu ai văzut toată viața lui și nu știi ce se ascunde în spatele acelei „dureri”. Îngerii nu vorbesc de rău pe alți îngeri.

M.C.: Cum ne putem păzi mintea de gânduri nepotrivite?


H.F.: Mutând gândul, dând volumul la minimum, schimbând ritmul. Depinde, sunt fel de fel de metode, fiecare găsește ritmul său potrivit. Ceea ce e folositor pentru cineva, poate fi povară pentru altul. Rugăciunea curăță mintea și inima.

În formarea mea profesională am învățat că sunt momente în viață când e nevoie să lăsăm să curgă gândul fără să ne îndulcim cu el. Și fără să ne învinovățim. Sunt oameni care au adevărate tulburări psihice în urma unui mic gând de care se învinovățesc mai mult decât e nevoie. Sunt gânduri și gânduri. Tocmai de aceea e nevoie să nu lovim în noi cu bice pentru orice pornire. Observăm și corectăm ce este de corectat, iar ce este pentru smerenie acceptăm, nu ne împotrivim voii lui Dumnezeu. Învățăm lecția și mergem mai departe. Să nu bruscăm! Cum trece o barcă pe apă și eu o privesc, dar nu intru în ea, tot la fel și gândul. Eu aleg în ce barcă (gând) stau. Mintea este o apă, bărcile sunt gândurile, iar noi observatori de pe mal. Fiți blânzi cu gândurile! Ele trec dacă le dați pace și nu le dați valoare.

M.C.: Cum se poate mântui omul în lume?

H.F.: Omul este o taină, un unicat. Alergăm 24 din 24 de ore cu fel de fel de motive în spate. Pe drumul vieții se mai parchează, ne mai întoarcem la izvoare să ne adăpăm sufletele însetate. Tendința omului contemporan este de a se anestezia la tot pasul. Nu mai vrea să asculte tăcerea, nu își mai oferă momente de regăsire interioară, nu își mai ascultă glasul conștiinței. Pornește mereu ceva în fundal să uite, să nu audă strigătul interior. Adeseori are de toate și totuși nu are pace, nu are liniște. Le-a bifat pe toate și încă geșme. Sufletului îi este foame și sete de Dumnezeu și omul nu aude, nu simte. Gândul meu pe care îl așez la inima omului este de a asculta glasul interior, ce vrea Dumnezeu să îmi spună prin durerea, întâmplarea, omul acela. Apoi de a antrena mintea să vadă mereu ceea ce are, nu ceea ce îi lipsește pentru că altfel intră într-un labirint al minții de unde se rănește trăind mereu prin comparații. Fiecare este exact acolo unde trebuie să fie, are cât poate duce și îi este de folos și nimic nu este întâmplător în viața noastră! Dacă nu ne amăgim, nu ne poate dezamăgi nimic.

Omul se mântuiește în lume - la fel ca și cel din mănăstire -, prin întâlniri dese cu Dumnezeu și cu omul în care se odihnește chipul lui Dumnezeu. Un părinte duhovnic care ne oferă nu numai dezlegare de

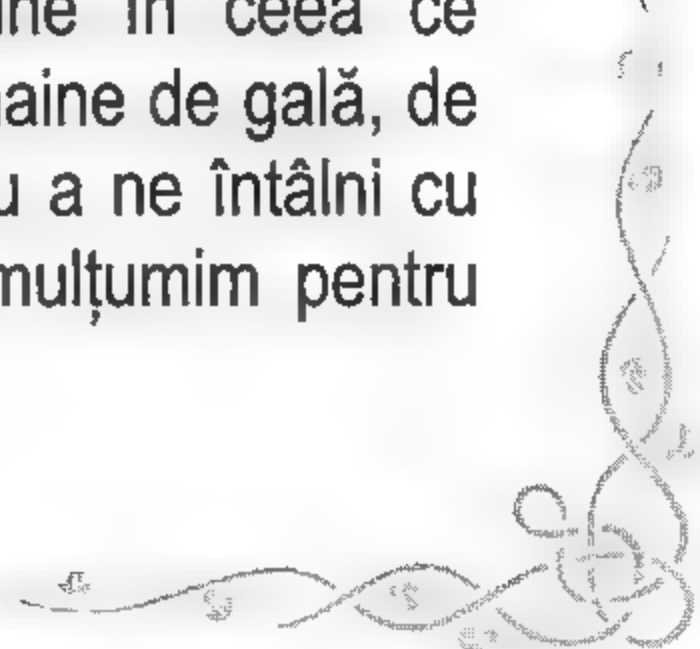


păcate, ci și sfat, îndrumare, rugăciune, suport emoțional, poate reprezenta un început. Bucurând, iertând, iubind pe cel de lângă mine l-am bucurat pe Dumnezeu. Oamenii au nevoie de dovezi că sunt iubiți. Să nu ne bârfim mai mult decât ne rugăm. Nu cumva avem tot ce ne trebuie ca să fim fericiți?

M.C.: Cum ne putem reîntoarce la Hristos?

H.F.: Este foarte important să plecăm în această călătorie de la gândul curat că Dumnezeu nu este un contabil, un tiran, un aspru judecător care pedepsește și împarte dreptatea. Dumnezeu este iubirea care topește tot întunericul lăuntric, aduce pace, bucurie și lumină, dar mai ales nu refuză nimănui nimic. Hristos invită la iubire deoarece judecata lui Dumnezeu este total diferită de judecata oamenilor.

Printr-un suspin al inimii ne putem întoarce către Doamne. Sunt oameni grăbiți și Dumnezeu intervine și îi învață să se oprească și să mai tragă aer în piept. Să vadă de unde vin și încotro se îndreaptă, să se observe, fără să se judece. Este necesar să facem loc lui Dumnezeu în viața noastră. Prin harul lui Dumnezeu suntem ceea ce suntem fiecare. Așa că este nevoie să chemăm pe Doamne în ceea ce suntem fiecare. Nu avem nevoie de haine de gală, de sărbători, de lucruri amețitoare pentru a ne întâlni cu Hristos. Să iertăm, să iubim și să mulțumim pentru



orice problemă! Rușinea și critica nu schimbă pe nimeni, lumea are nevoie de dragoste.

M.C.: Ce îi spunei Bunului Dumnezeu atunci când vorbești cu EL?

H.F.: Îi mulțumesc pentru toate pe care le știu și nu le știu și pentru tot ce mi se va mai îngădui să cunosc și să bucur. Nu îi cer nimic pentru că știe El de ce am nevoie, nu trebuie să-L învăț eu ce și cum. Mă las dansat pe melodia vieții. Doamne, fie voia Ta! Îți mulțumesc, Doamne, că Te-ai gândit să fiu și eu! Când privești spre Hristos se găsesc soluții în orice.

M.C.: Vă mulțumesc!

H.F.: Mulțumesc pentru dragoste și vă doresc multă bucurie!

*„Omul are nevoie să fie atins
atât de gingaș cu dragoste!”*

Interviu realizat
de Andrei Pătrâncă, medic psihiatru

A.P.: Părinte, suntem onorați de faptul că ați răspuns pozitiv invitației noastre de a discuta despre frăția voastră, despre tineri și problemele lor.

H.F.: Eu sunt onorat de bucuria comuniunii. Aproape sau departe este doar un detaliu al minții, în esență suntem cu toții în brațele lui Doamne, într-o formă sau alta. Nimic nu se întâmplă fără îngăduința lui Dumnezeu. În Biserică nu suntem copii, adulți, bătrâni, ci suntem cu toții tineri de diferite vârste. Poți avea 20 de ani și să te simți ca la 60 de ani. Experiențele, greutățile, necazurile, suspinele vieții te fac să te simți obosit. Și poți avea 55 de ani și să te simți ca la 18 ani, ba chiar să faci și trăsnași, tumbe, acrobații specifice tinerilor. Mereu proaspăt. Vârsta este doar o cifră, un ambalaj. Interiorul este același. Oamenii cu lumina aprinsă sunt oameni sănătoși, nemărginiți.

Fiecare generație a avut provocările ei. Plusuri și minusuri. Și nu înseamnă nimic! Tinerii au

frământări, au nevoie de modele, de iubire și de sens. Să știe de unde vin și încotro se duc. Să nu fie singuri pe Cale, să fie ascultați. Au multe de oferit! Generațiile care vin sunt generații care împletesc armonios inteligența cu sentimentele, adică putem vorbi despre inteligență emoțională.

A.P.: Spuneți-ne, pentru început, câte ceva despre dvs. - locul nașterii, studii, vocația pastorală.

H.F.: Sunt un om obișnuit, firesc; un condei în mâinile lui Dumnezeu. Sunt o virgulă în propoziția vieții și las pe Doamne să pună punct sau semnul exclamării. M-am născut pe pământul binecuvântat al Moldovei, într-o familie obișnuită din Vaslui. Am urmat școala generală în Bârlad, apoi cursurile liceale, universitare și postuniversitare în Iași, unde am și rămas într-o formă sau alta. Îmi este foarte drag să studiez în ritmul meu. Am crescut aproape de Biserică și am avut oameni providențiali pe Cale, prin care Dumnezeu a lucrat minunat. Când eram mic mă jucam de-a doctorul, de-a profesorul, de-a preotul. Într-o formă sau alta am înțeles mai târziu vocația. Încă mai lucrez la asta. După ce am viețuit la Mănăstirea Secu 6 ani, unde am avut mai multe ascultări (am avut grijă de multiubitul părinte Teofil Tarța, apoi la stăreție, ghid, bibliotecar etc.), din august 2011 sunt în ascultare la Schitul Țibucani din județul Neamț, așezământ

monahal ce aparține de Mănăstirea Secu și care a fost înființat de ucenicii Sfântului Paisie Velicickovski. Măine, Dumnezeu știe ce o să mai fie, momentan mă bucur de prezent.

Referitor la formare, încă mai învăț la școala vieții. Aici se dau restanțe până se iau note de trecere. În ochii lui Doamne suntem cu toții de 10. Dumnezeu nu ne iubește după nota din carnet, din diplome sau după alte criterii ale lumii acesteia. Care părinte nu își iubește copilul după nota din inima sa?! Dacă cineva a picat pe un subiect, nu înseamnă că e mai înțelept decât cineva care a avut un alt subiect. Notele sunt ca o ruletă rusească. Nu reflectă nimic. Aptitudinile sunt cele care fac „diferența”, nu cartoanele. Trăim într-o perioadă în care nivelul de studii și de competențe a scăzut mult. Oricine poate avea oricând o diplomă de licență și nu numai. Nu mai putem vorbi despre intelectualii de altădată, la nivelul de odinioară. De aceea, se ridică ștacheta spre masterate, doctorate, ca să se separe calitatea de cantitate. Este mult de discutat pe subiectul acesta. Așadar, avem nevoie și de experiențe personale, nu numai de informații.

A.P.: Am observat, din postările dvs. o aplecare aparte spre problemele de ordin psihologic, o abordare a omului și altfel decât dintr-o paradigmă confesională. Cum se împacă spiritualitatea pe care o trăiți cu psihologia?

H.F.: Așa este. Mă preocupă aceste lucruri și aprofundez latura aceasta de psihologie și psihoterapie adaptată nevoilor pastoral-misionare din Biserică, din societate. Sunt instrumente de lucru foarte utile în spațiul psihologiei. Se vorbește în ultimul timp de psihoterapie ortodoxă. Se împacă foarte bine. Depinde de noi cu ce alegem să lucrăm. Când există o infecție în trup poți folosi calmante, analgezice sau poți folosi antibiotice alături de probiotice. Dar când e vorba de boala din suflet?! Toate sunt dăruite omului de către Dumnezeu. Nu sunt marțieni nici într-o parte, nici în alta. Există în ultimii ani un dialog foarte dinamic între știință și religie, cu multe puncte de întâlnire. Nu putem fi ignoranți. Sfinții Părinți din primele veacuri creștine studiau științele vremii și își conturau o cultură bogată, luând, ca albinele, doar nectarul din fiecare floare. Mierea cognitivă sau emoțională o fabrică fiecare în stupul său cu ceea ce culege. Oricum ar fi, toate au ca drum de plecare și de revenire în Hristos!

A.P.: Una dintre obiecțiile pe care psihologia le aduce credinței creștine este accentul pus de către creștinism pe „lepădarea de sine”. Conceptul este adesea puțin înțeles, dar, scos din context, generează multe abuzuri și nenumărate probleme psihice. Părinții Bisericii și chiar teologici moderni în gândire, precum

Anselm Grun, susțin, din contră, faptul că anihilarea eului este actul care mă îndepărtează de Dumnezeu. Dedicarea înseamnă să mă am pe mine și să mă supun voluntar lui Dumnezeu, abandonul de sine înseamnă să nu mă am pe mine, dar să pretind că sunt consacrat spiritual: „Pentru a-L putea întâlni pe Dumnezeu trebuie, înainte de toate, să mă întâlnesc pe mine însumi, trebuie să fiu conștient de mine însumi”. („Rugăciunea ca întâlnire”, editura „Serafica”, pag. 8, Anselm Grun). Are pentru Dumnezeu eul nostru vreo valoare, din perspectiva dvs., sau El chiar dorește „negarea” și „moartea noastră lăuntrică”?

H.F.: Frumoasă perspectiva aceasta a părintelui benedictin Anselm Grun. Are lucrări abordabile. Tocmai de aceea avem nevoie de îndrumători pentru a nu genera abuzuri sau probleme psihice. Sunt atent în ultimul timp la dependențele și co-dependențele emoționale. Părintele duhovnic nu trebuie să devină tatăl pe care nu l-am avut, proiecția soțului sau alte minunății. Am întâlnit cazul cuiva care, pentru a face o fotografie, avea nevoie de binecuvântarea duhovnicului. Este prea mult și nu este sănătos nici fizic, nici spiritual. Dreapta socoteală, calea de mijloc este calea împărătească. *Trebuie* este un cuvânt blocant la nivel emoțional, ca și *încerc* și multe altele. Nu *trebuie* nimic, este vorba despre *vreau* sau *nu vreau* și îmi asum ceea ce urmează. Fiecare om are ritmul său, povestea sa cu Doamne. În

viața duhovnicească nu există matrițe, șabloane. Nu este o fabrică în care se produc la normă sfinți sau nesfinți. Duhul Sfânt te învață de unde ești. Niciodată nu este nevoie să ne comparăm cu nimeni. Comparațiile rănesc psihicul și adună acolo vinovăție, frustrare, durere că nu sunt ca celălalt. Uneori aduce invidie și altă funingine. Fiecare dintre noi, oricât de mic ar fi, este mare înaintea lui Dumnezeu și El face cu orice om o legătură specială și unică a inimii. Părintele Sofronie de la Essex spune că nu există carieră în viața duhovnicească. Există o carte frumoasă numită „Sfinții nesfinți” pe tema aceasta venită din spațiul rusesc.

În altă ordine de idei, fugim de noi ca să ne întâlnim cu noi. Cel mai lung, dar și cel mai frumos drum este drumul către tine însuși. Hristos nu are nevoie de moarte lăuntrică, ci de înviere lăuntrică, de viață, de iubire. Dacă nu ai limba friptă nu îmi poți vorbi despre durere. Te simt. Poți fi scolastic, dar nu vibrezi cu mine. Dacă nu te rogi, nu îmi poți transmite stare de rugăciune. Dacă nu primești iubire, nu știi să iubești. Dacă nu te ierți, nu poți ierta pe ceilalți și tot așa. Nu știi ce gust are. Teoretizezi, dar nu transmiți nimic. Cuvintele au nevoie de încărcătură, de pătruns în miez. Nu avem nevoie de informații, căci acestea sunt peste tot, avem nevoie de experiențe, de trăire. De curaj!

A.P.: Are Hrisostom Filipescu și momente de tristețe, de temeri, de descurajare și deznădejde? Cum le depășește? Ce vă ajută să treceți cu biruință peste încercările vieții?

H.F.: Oamenii te pot apropia sau depărta de tine însuși. Culmile pe care ne putem ridica sau hăurile în care ne putem afunda. Uneori lacrimile ajung în suflet și îl inundă. Necazurile ne fac mai puternici, ne ajută să supraviețuim altfel, la un alt nivel. Orice om are momente de tristețe, de regăsire, de cădere și ridicare. De gol sau plin, de lumină și întuneric, de lacrimi și zâmbete. Face parte din procesul de purificare, de catharsis. Nu am ști să prețuim bucuria dacă nu am trece prin durere și invers. Toate au rostul lor pedagogic. Bineînțeles că am astfel de momente, ca orice pământean. Important este ce fac cu acea stare. În astfel de momente mă întreb: Ce vrea Doamne să îmi spună aici? Ce am de învățat din această experiență? Ce am de iertat, de iubit? Ce simt eu acum? Cui dau asta? Stare de prezență continuă, aici, acum.

Mutând gândul, iertând și iubind. Iertarea și iubirea sunt cele două aripi cu care zburăm spre cer. Nu putem cere pace pe pământ, dacă în noi înșine sunt adevărate câmpuri de luptă. Nu putem cere sănătate, dacă ducem o viață care ne face să fim bolnavi. Momente de coborâre în interior cu sinceritate și de făcut curat acolo... Aerisim, scuturăm, ștergem

praful de pe toate obiectele și chipurile din suflet, dacă este nevoie înlocuim piese din decor. Înțelegem când cineva vine în viața noastră și când este nevoie să eliberăm acei oameni din odăi. Atât am putut crește, evolua împreună. Sinceritate și curaj lăuntric! Ce aducem noi bun în viața celorlalți?

A.P.: Când viața pare de netrăit, ce poate face omul de rând, mai mult sau mai puțin implicat spiritual, pentru a resimți iarăși valoarea vieții?

H.F.: Să ne ferim de rutină, de obișnuință. Facem o pauză din agitația cotidiană și privim spre interior. Opriți-vă o clipă din malaxorul vieții și priviți, gustați, că Bun este Domnul. În orice domeniu e nevoie de jertfă. Uneori oamenii încearcă să ne distrugă și noi îi ajutăm în încercarea lor. Când ești jalnic nu poți atinge măreția. Lovit mereu și mereu de oameni care știu să lovească nu e o cruce. Și diavolul are martirii lui. Unele uși te duc în întuneric, altele în lumină. Simptomele se întrețin. Nu putem pune un bandaj pe o rană infectată. Este nevoie să curățim locul, rana. Nimeni nu devine furios peste noapte, sau alcoolic, sau dependent de substanțe, de pornografie sau jocuri de noroc. Toate pornesc de la frustrare, frică, vulnerabilitate, nemulțumire, stimă de sine scăzută și multe altele. Furia reprimată iese la suprafață sub forma depresiei. Ca să evolueze, orice

persoană are nevoie de provocări. Învestim oameni cu rol parental, protectiv și atotștiutor și apoi ne alegem cu frustrare și negare.

Starețul Tadei are o lucrare intitulată „Cum îți sunt gândurile așa îți este și viața” și cred că fericirea este la distanță de un gând. Fac o alegere. Și mi-o asum. Viața este un mare dar, o mare șansă, o binecuvântare. Ne trăim viața în miniatură, simbolic în fiecare zi, de când ne trezim până seara la somn. Zile mai bune, zile mai încărcate. Dacă ne-am plânge mai puțin și am face mai mult, dacă am mulțumi mai mult și am dăruia iubire necondiționată și non-judicativitate, am simți valoarea vieții fiecare în parte. Hristos nu dorește negarea omului, ci acceptarea lui și dăruirea în Hristos. Ne întâlnim cu Dumnezeu în ceea ce suntem fiecare și rugăm să facă vin curat și pâine proaspătă din mintea și inima noastră. Purtăm chipul Chipului și acesta este un mare dar și mângâiere. Orice tată își recunoaște chipul în pruncul său și privește spre dânsul cu compasiune atunci când face trăsnași. Omul să privească văzduhul și cerul din el și să își amintească mereu că nu este singur, indiferent ce ar șopti singurătatea aparentă. Totul este posibil. Mai sunt atâtea lucruri de învățat!

A.P.: Ce reprezintă Hristos pentru Hrisostom Filipescu? Cine este El?

H.F.: El este Cel ce Este! Iubire, dragoste, bunătate, iertare, bucurie, mângâiere, viață, lumină, dulceață, pace, armonie. Tot în toate. O iubire de care nu te mai poți sătura. O dulce regăsire după arșița zilei. Când sunt obosit îmi așez capul pe infinit. Cel ce poartă în sine lumina nu are de ce să se teamă de întuneric.

A.P.: Din postările dvs. se observă o mare deschidere pentru oameni și o mai puțină râvnă spre criticism, spirit justițiar și fundamentalism. Cum putem depăși barierele dintre noi și cum putem trece peste diferențele, cele multe, dintre noi, oamenii? Cum ați reușit dumneavoastră să construiți poduri de dragoste față de toți, fie ei ortodocși, catolici sau protestanți?

H.F.: Am avut și eu o etapă a vieții în care am avut mintea și sufletul învelite în spirit de justiție, însă am observat că sunt momente în viață în care poți muri cu adevărul în dinți și cu dreptatea în mână. Probabil aveam și eu programele mele după care acționeam. Am înțeles atunci că este nevoie să îmi jertfesc toate de dragul păcii și concordiei. Că nu îmi ridică nimeni statuie pe un mormânt pecetluit cu reguli aplicate. Că întotdeauna există interpretări și interpretări ale faptelor... Avem nevoie de iubire, de a înțelege rana și pe cel care rănește, nu de a o adânci. De a privi în spatele rănii, la bagajul pe care îl poartă


după dânsul omul respectiv. Să fie dragoste! Există bunătate, evlavie, har în fiecare om. Caută-le!

Îmi este foarte drag omul, icoana lui Dumnezeu. Iubesc toți oamenii deopotrivă și învăț să văd lumina din viața fiecăruia. Intru în logica lui Hristos. Mereu mă întreb ce ar face Hristos în locul meu în acea situație? Ar așeza bolovani pe spatele celui căzut la podea sau ar ridica, mângâia, ierta cu bunătate, blândețe, compasiune? Diferențele sunt doar mentale, în iubire nu există diferențe. Dragostea nu are nevoie de subtitrare sau de dicționar. Are aceeași aromă și gust pe întreg pământul. În fața lui Dumnezeu nu există albi sau negri, români sau greci, slabi sau grași, deștepți sau proști, bogați sau săraci, vrednici sau nevrednici, crocanți sau pufoși, sau alte categorii, la El sunt cu toții suflete. Și un singur suflet dacă pierde, nici îngerii nu îi sunt consolare. Așa că rânduiește fiecăruia drumul, ritmul, timpul, momentul său... Hristos nu pune niciodată etichete, pe nimeni. Nici noi nu avem nevoie de a arunca nici măcar cu piatra privirii spre celălalt, ci avem nevoie să scoatem chiar și nisipul de pe mâinile sufletului. Omul are nevoie să fie atins atât de gingaș cu dragoste! Dacă noi oferim iubire și iertare la tot pasul, de restul se îngrijește Dumnezeu. Eu nu cunosc un Hristos grec, rus, român, sârb, bulgar, englez, francez, arab, chinez... Hristos este totul. Crucea de pe Golgota a fost pentru toți, la fel și învierea. Hristos înseamnă întreaga omenire. Să nu

transformăm teologia în filozofie, ideologie, poezie. Duhul sfânt să atingă inima noastră, nu doar mintea. Știința teologică versus sfințenia vieții.

A.P.: Ce le-ați transmite tinerilor care trec prin crize existențiale și dureri emoționale puternice, unii dintre ei, nu puțini, luând în calcul inclusiv suicidul?

H.F.: Le-aș așeza la inimă gândul că este doar un episod din viața lor, nu este toată viața lor acolo. Nu există o pastilă-minune care să ne facă să gândim sau să simțim altfel. Este vorba de muncă de arheologie interioară, de iertare și iubire cu noi. Să nu se biciuiască pe interior, ci să mângâie acea durere și să o dăruiască lui Doamne. Copilul interior are un plâns neplâns. Să caute motive de bucurie și mai ales să facă mișcare fizică pentru a descărca o anumită chimie în corp. Există multe metode și terapii alternative. În general recomand să se lucreze cognitiv-comportamental. Depinde de la caz la caz. Sunt momente în care povestim trans-generațional și înțelegem neînțelesul, alteori discutăm pe terapia narativă și căutăm episoadele de validare. Nu există rețete general valabile. Asta în calitate de psiholog. Ca duhovnic, recomand spovedanie și împărtășanie deasă pentru a primi har și putere, pentru a da jos valul de pe inimă și minte... ca să ajung să simt și să văd altfel. Insist pe rugăciune, detergentul minții și



sufletului, dar cu cuvinte simple, personale. A da lui Doamne golul acela, durerea, frica... E nevoie să țin mintea ocupată cu lucruri motivaționale, să existe suport emoțional de la cei apropiați (familie, prieteni, duhovnic, psiholog sau psihoterapeut, medic), să observ mereu ce am, nu ce îmi lipsește, să tai buruiana și să pun flori. Este foarte important să nu caut o victimă pe care să o jelesc sau un vinovat pe care să-l condamn, ci soluții reale! Ce putem face să ieșim din asta chiar acum. Și nu în ultimul rând, cuvinte, acțiuni de recunoștință. Să mulțumesc lui Doamne pentru toate pe care le știu și pe care nu le știu. *Mulțumesc, Doamne! Te iubesc, Doamne!*

A.P: Vă mulțumim pentru timpul acordat acestui interviu și vă dorim să propășiți în toate cele bune, ziditoare pentru dvs. și pentru cei, nu puțini, care se simt îmbogățiți prin postările dvs.!

H.F.: Eu vă mulțumesc și mă bucur din toată inima pentru darul minunat de a fi contemporani cu atâtea suflete luminoase. Iubiți mult în Hristos. Iubirea vindecă! Bucurie sfântă și nădejde! Bucurați-vă cu cei care se bucură și plângeți cu cei care plâng și așa vom împlini iubirea. Amin!

*La taifas despre bucurie
cu părintele Hrisostom Filipescu*

Interviu realizat de Ioana Bostan,
traducător, blogger traistacubucurii

I.B.: Ne este dat să trăim timpuri frumoase, de schimbare a conștiinței. Însă tot mai mulți dintre noi experimentăm stări de suferință, confuzie, indignare sau patimă. Părinte, oamenii de știință ne demonstrează capacități umane uluitoare, vechi și noi, deopotrivă. Literatura, artele frumoase, publicațiile, tremură de informații tulburătoare care se află de fapt în noi, printre noi, de când lumea. Credeți că Omul trece în prezent printr-o etapă acerbă de căutare de sine, de transformare și de regăsire a divinității?

H.F.: Când îți vine „dorul de ducă”, de fapt e un dor după Dumnezeu, numai că mintea îl duce în alt cotlon. Nimeni nu a reușit să-și scoată la suprafață toate fețele inconștientului. E un univers interior unde poți găsi absolut orice, oricând. Dintotdeauna omul a râvnit la acel Altceva, a dorit să se depășească, să se cunoască mai bine, să se unească în divinitate. Oamenii spun aceleași lucruri în esență, dar cu alte cuvinte. Asta face diferența dintre o propoziție preluată

dintr-o carte și una spusă de tine, cu cuvintele tale. Sau folosim aceleași vorbe, dar avem percepții complet diferite.


Cine te agață și te scoate din tine? Ești român în România și simți asta. Ești Bogdan în Bogdan. Știi unde se termină tatăl sau mama în tine și unde începi tu cu adevărat? Trăiești povestea ta sau povestea părinților tăi? Ești cumva poligonul lor de eșecuri? Ești ceea ce nu au putut părinții tăi să fie sau ceea ce vrei tu să devii? Cine sau ce curge prin tine? Cum faci diferența dintre mesajul sănătos din tine și mesajul virusat venit din trans-generațional? Unde ești tu, cel autentic? Vrei să fii fericit sau vrei să ai dreptate?

Adeseori interpretăm subiectiv realitatea sau un eveniment. Credințele interioare au un factor decisiv în gândurile pe care le considerăm adevăruri. Ele sunt personale, relative... Cine crede că deține adevărul absolut se apropie de profilul psihologic al unui tiran. Credințele vin din experiențe. Există credințe sociale, credințe religioase, credințe experiențiale, credințe culturale, credințe genetice. Credințe conștiente și inconștiente. Toate acestea și multe altele fac parte din arsenalul de programe care rulează în spatele minții. Modul în care ne comportăm, vorbim, privim și simțim ne arată credințele interioare și cine de cine ascultă. Iar personalitatea nu vrea să iasă din cutia caldă în care a jonglat cu emoții primare.

Fiecare este „înțepenit” într-un aspect. Când ai stat ultima oară de vorbă cu tine? Ce dă sens vieții tale? Doar cine nu caută, nu găsește. Nu uita, e viața ta, nu a altuia!

I.B.: Brâncuși spunea: „Lucrurile nu sunt greu de făcut. Greu este să te pui în starea de a le face.” E suficientă dorința noastră și acțiunea efectivă pentru împlinirea viselor, pentru ca lucrurile din viața noastră să se pună în mișcare? Suntem capabili de a porni motorul propriei Devenirii? Când intervine Dumnezeu în lucrătura aceasta, mai știm noi azi să Îi dăm ascultare?

H.F.: Oricât de ilogice ar părea anumite lucruri în viață, există noimă în toate. Formarea complementară individuală și de grup m-a învățat că același lucru poate avea mai multe interpretări și perspective diferite. Privim din lateral, privim de sus, din interior, dar și de jos în sus. Începi să elimini și începi să te „prinzi” pe zi ce trece. Ca psiholog, înțeleg jocurile de seducție ale minții. Ca psihoterapeut, îmi place să scot oamenii din rigiditate și să se „ventileze” emoțional. Ca duhovnic, mă simt împlinit să știu omul iertat și că se iartă fără să mai caute vinovați sau victime, ci soluții. Să înțeleagă și să se asculte: „asta nu e a mea, asta vine de la mama. Privirea asta care te paralizează vine de la tata. Tăcerea asta glacială vine de la bunica și tot așa... De unde vine povestea



aceea în mine?” Și nu trebuie să mă simt vinovat că poate ies din „loialitate”. Psihopedagogia a demonstrat că părinții sunt dumnezei absoluți pentru copiii lor până la 5-6 ani. Și în viață uneori este nevoie să dai jos părinții de pe pedestal și să accepți că și ei au avut greșelile lor de care noi nu știm. Că și părinții au nevoie adesea de un exercițiu al iertării față de copii pentru a arăta „vulnerabilitatea” din ei și latura umană, nu robotul perfect („Hai să-ți explic ce s-a întâmplat și de ce am făcut asta!”). Sunt și cazuri când poți avea mai mulți „dumnezei”, în funcție de inteligența emoțională a fiecăruia, care este total diferită de inteligența clasică. Poți fi învățat, dar nu inteligent!

Dumnezeu este cu noi și în noi tot timpul... Dumnezeu nu e ca la carte, ci „mișcă” diferit în fiecare, în Unitate.

I.B.: Prin ce simțiți că lucrarea Domnului intervine atât de frumos în terapia sufletelor pe care le „tratați”?

H.F.: Frumusețea sufletească, înțelepciunea și credința sfintei cuvioase Olimpiada diaconița îmi servește drept pildă despre dăruire. Ea este cea care l-a urmat întru prietenie și l-a ales drept duhovnic pe Sfântul Ioan Gură de Aur. Diaconița Olimpiada cade în „tristețe”, iar „terapeutul” Ioan Hrisostom îi trimite scrisori și povește care o ajută să-și ostoiască suferința. Aici e misiunea mea...

I.B.: Oamenii simt tot mai mult nevoia sau lipsa îmbrățișării: autori de cărți de dezvoltare personală, psihoterapeuți și alți specialiști ne dezvăluie motivele care stau la baza acestui gest. Ne îndeamnă să ne învățăm copiii să îmbrățișeze. Ce rol poartă îmbrățișarea din unghiul interior, al sufletului? Putem realmente învăța această „tehnică”?

H.F.: Nu e de dorit să transformăm persoanele în obiecte. A fi în aproape de cineva poate fi o provocare de ambele părți. Însă nimic nu descarcă din creier în corp mai mult decât poate descărca o simplă îmbrățișare, oferită din toată inima. E o chimie acolo pe care nu o poate travesti nicio pastilă magică.

Vorbeam cu un cuplu de curând și soțul îmi spunea că nu și-a privit soția în ochi de alaltăieri și dorm în același pat, merg cu aceeași mașină zilnic la serviciu! Nu se mai caută cu privirea... Și pe deasupra vorbim despre mere, iar pe dedesubt despre cuțite. Ce să mai vorbim de atingeri conștiente și prezente...

Multe lucruri au legătură cu copilăria, care este esențială pentru adultul de astăzi. „Care au fost emoțiile trăite și ce a înțeles copilul de atunci despre asta?” Și mulți sunt în programul de „alergie emoțională” (nu fac asta, dar inconștient rămân fidel, deoarece interiorul rămâne acolo unde s-a obișnuit). Nicio problemă nu vine neanunțată.

I.B.: Strângerea în brațe, strângerea mâinilor reprezintă un schimb de bucurie, de energie, de vitalitate? Dăm de fapt inimă cu inimă atunci când ne îmbrățișăm palmele?

H.F.: Mentea te vindecă în egală măsură sau te leagă de boală. Mereu are o scuză bună și adeseori cere o plată pe care celălalt să nu o poată achita. Nu sunt geanta pe care o am, chiar dacă am folosit lucruri din ea.

Am eu o vorbă; să ne întâlnim în rugăciune, acolo unde inimile își vorbesc altfel. Mult mai puternic decât o putem face noi prin cuvinte, aici, acum. Acolo, inima omului se întâlnește cu inima Domnului. Și inimile oamenilor își șterg una alteia lacrimile și se țin în brațe pentru a nu mai fi singure. În rugăciune se întâmplă minuni!

I.B.: Bucuria este una dintre forțele tămăduitoare ale Omului și ale firii. E de fapt laitmotivul dialogului nostru. Mă gândesc să vorbim despre Bucurie din perspectiva aceasta: a căutării noastre de divinitate, a setei de autenticitate. Ce înseamnă bucuria?

H.F.: Când nu mai poți fi autentic, dintr-un motiv sau altul, intervine mintea și pune o mască. Atunci nu mai ești de partea ta și vrei să „dai bine” sau să controlezi imaginea ta în ochii celuilalt. Uiți că „tu ești”. „Nu pot” este o alegere. Vrei sau nu vrei!


Egoismul se naște din sărăcia inimii, din convingerea că iubirea nu este suficientă pentru toți.

Bucuria apare când renunțăm la acea mască și când nu mai există scindare între ceea ce trebuie să faci și ceea ce vrei să faci cu adevărat. Să fii tu însuși, să cobori din minte în inimă. „Omul se uită la față, iar Domnul la inimă” (*I Regi 16, 7*).

Toți suntem speciali, egali și unici deopotrivă. Omule, bucuria mea! Bucură-te! Ești o minune!

I.B.: Factorii externi - bunurile materiale, activitatea profesională, cariera, oamenii de lângă noi, relațiile etc. sunt creatori de bucurie?

H.F.: Viața este un dans între cutremur și echilibru. Limita dintre iubire curată și iubire toxică este ca un fir de ață. Gunoarul emoțional al fiecăruia nu se cuvine a fi aruncat oriunde, oricând. Dar și dacă treci pe lângă o geantă cu explozibil nu înseamnă că ești terorist. Părintele Savatie Baștovoi, un om drag sufletului meu, spunea cândva că „nimeni nu-și unge piciorul cu alifie, atunci când îl doare dintele”. E bine să fim atenți la ce lăsăm să iasă din noi și ce primim în noi. Dacă folosești emoțiile sau durerile în relațiile cu ceilalți, înseamnă că și tu ești folosit de cineva prin furie, intimidare, abuz, calomnie etc. Adică vrei să fii cu cineva care dorește să stea cu tine sau cu cineva care este *nevoit* să stea cu tine.



Când ți-ai pierdut iubirea, îți dorești uneori să mori. Alteori vrei să cauți o altă iubire, dar te zbați între încredere și neîncredere. Sau în îndoiala dacă mai meriți sau nu să fii fericit. Doar iubirea te face să-ți dorești să trăiești mereu. Iubirea înseamnă bucurie. Iubirea te urcă pe o altă tonalitate din gama ființării, unde ești protejat. Acolo viața este pură, nobilă, luminoasă, generoasă.

I.B.: În toată această goană după bunăstare, cu zile și nopți de stres și îngrijorări, cum reușim să mai facem rost de timp? Timp pentru a ne bucura sufletele?

H.F.: Învățând să fim prezenți. Ca să fiu deștept e nevoie să văd unde sunt prost. Fără grabă. În viață mai faci pe prostul, dar să nu uiți că ești deștept.

Niciun conflict nu apare din senin de fapt, ci crește odată cu aglomerarea de stări și emoții cumulate. Îmi aduc aminte de un exemplu: O soție care ajunge seara acasă și începe să facă observații copilului că a lăsat jucăriile împrăștiate prin toată casa, sau soțului că șosetele sunt în mijlocul dormitorului nu a ajuns în acea emoție în doar 5 minute. Și începe explorarea:

- Ce stare aveai când ai plecat la serviciu, în timp ce erai acolo, apoi când te-ai întors?

- Păi iar trebuie să merg la șeful acela care nu mă suportă, toate sunt pe capul meu și nimeni nu mă ajută. Trebuie să îmi ascult colega aceea care veșnic se plânge și bârfește vecinele din bloc. Am de făcut atâtea când ajung acasă...

- Când erai cu cheia în broască la ce te așteptai?


- Soțul iar și-a lăsat șosetele și papucii pe unde a apucat, copilul iar a făcut dezordine etc.

- Ce ai observat prima dată atunci când ai deschis ușa?

- Dezordinea, aia nu era făcută, cealaltă la fel...

- Așadar te-ai concentrat pe lucrurile acelea care să îți demonstreze că ai dreptate. Dar nu sunt singurele lucruri ale realității. Mă întreb de ce nu te-ai gândit să privești spre copil prima dată sau spre ochii soțului? De ce nu ai observat pâinea și fructele proaspete de pe masă? Găsești ceea ce cauți. Minusurile găsite le vei „pedepsi”. Și totuși de ce să rămâi doar la nivelul acesta ani întregi? Ce ai crede despre o familie ca a voastră? Apare ultimul „cavaler al Apocalipsei familiei” și totuși nu are curaj...

Avem nevoie să ne „deblocăm”, deoarece nu mai circulă emoția prin noi. Oamenii nu știu ce vor sau există o „agendă secretă”. Felul în care mintea creează poate activa în fiecare dintre noi un Creator sau un tiran.

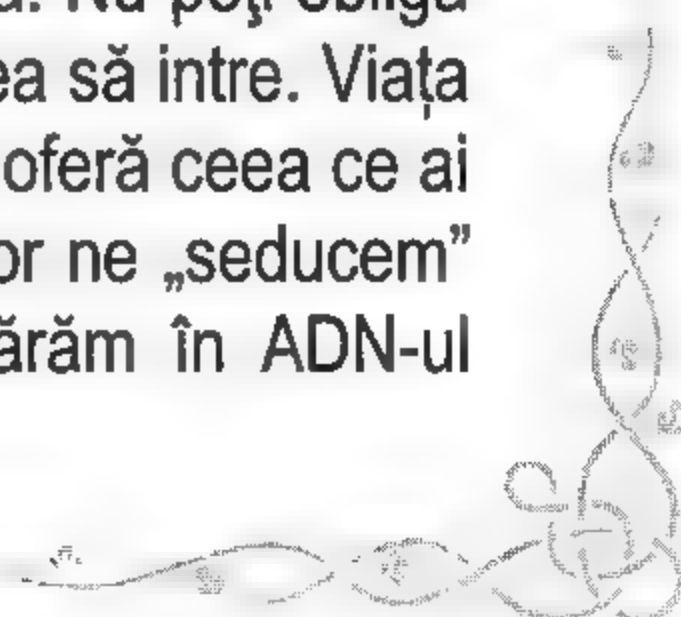


I.B.: Oamenii vin către dumneavoastră, părinte, pierduți, confuzi, din cauza grijilor și durerilor, în căutare de sens. Există rețetă duhovnicească spre mântuire? E nevoie de penitență pentru a redeveni noi, cei fericiți, cei care să ne bucurăm?

H.F.: Ce folos că ai făcut pași spre succes, dar ai pierdut primii pași ai copilului tău? Cui ajută că ai cea mai mare casă, dacă nu ai creat un cămin cald în interior? La ce bun că ești cunoscut de toți oamenii, dacă propriii copii nu te cunosc? Cel mai mare dar pe care îl putem oferi posterității este dragostea. Lumea este plină de milionari nefericiți și bolnavi. Degeaba îți oferă material tot ce nu ai avut, dar emoțional fac la fel ca părinții sau invers. Ling rănilor copilului din tine, dar nu te cresc sănătos. Și indiferent la ce mă uit văd prin aceeași lentilă. „Înghiți” povestea sau alege altceva. Viața este doar un buchet de amintiri... Proaspăt sau ofilit.

I.B.: Oamenii așteaptă adeseori pedeapsă de la Doamne pentru curățarea păcatelor, a sufletului. Ne pedepsește Dumnezeu pentru faptele noastre?

H.F.: Era o vorbă: „femeie beată și butoi plin nu există” - undeva povestea se fisurează. Nu poți obliga pe cineva să intre undeva unde nu vrea să intre. Viața nu îți oferă întotdeauna ce ceri, dar îți oferă ceea ce ai nevoie în acel moment. Nu întâmplător ne „seducem” unul pe altul. Dureros este că presărăm în ADN-ul



nostru emoții și transmitem programe emoționale toxice neventilate. Credibilitate, nu autoritate!

Pentru mine Dumnezeu este iubire necondiționată și „pedepsele” nu vin de la El, ci din alegerile noastre asumate sau nu, cândva. Doamne așteaptă cu brațele părintești deschise orice suflet prăfuit sau nu de drumul vieții... Hristos nu refuză pe nimeni. Totuși, trebuie să înțelegem mecanismul: cine sunt eu? Ce spun eu despre mine? Acolo e răspunsul tău la „pedepse”! Cum spunea părintele Teofil Părăian; „ce faci, te și face”!

I.B.: Dumnezeu ne-a zămislit cu libertatea de a alege să fim fericiți, de a opta pentru bucurie sau suferință? Suntem Observatorii propriei vieți, responsabili de împlinirea noastră?

H.F.: Sfântul Ioan Hrisostom ne învață că „răul cel mai mare nu ni-l poate face nimeni din afară, ci noi înșine”. Întotdeauna suntem singurii responsabili de libertatea, fericirea sau suferința noastră. Îți pot compune imn toată viața pentru că ai participat la o durere alături de mine sau chiar te-ai îmbrăcat cu ea și m-am simțit ascultat și însoțit, însă am și eu partea mea de făcut. Sunt momente în care trebuie să faci lucrurile de unul singur, însoțit doar de Doamne în călătoria ta, ca să ajungi astfel în orice punct din universul tău. Iar universul uman este plin de riscuri și

provocări. Dar eșecul poate fi un pas puternic către evoluția emoțională.

Nu ne rezolvăm problemele pentru că știm ce trebuie să facem, dar nu facem. Corpul poate dormi, dar nu și sufletul. Dacă nu avem rădăcini adânci, nu vom fi în stare să extragem seva vieții din sol și să rezistăm furtunilor.

I.B.: Dacă aleg să merg doar pe calea bucuriei, indiferent de consecințele sociale, de limitările comunității, încalc vreo lege divină, a smereniei? Bucuria coexistă cu suferința, sunt complementare?

H.F.: Omul e ființa rațională care poate spune Nu. În viață unul întoarce privirea, celălalt iubirea... Dacă pe un om îl cauți de bun, bun îl găsești. Dacă îl cauți de rău, rău îl găsești. Și așa cum spunea Sfântul Marcu Ascetul: „când binevoiește Dumnezeu să se întâmple un lucru, toată zidirea ajută să se împlinească. Și când nu binevoiește Dumnezeu, toate se pun împotrivă”.

I.B.: Prietenia, în accepțiunea mea, e sursă de bucurie fără limite. Nicolae Steinhardt o definește astfel: „Prietenul se numește omul care te ajută fără ca verbul să fie urmat de un complement adverbial circumstanțial de timp sau de loc sau de mod. Iar Domnului cât îi place să ne dea numele de prieteni ai Săi!” Ce înseamnă prietenia, părinte? Ce rol au

prietenii în acest noian de căutări de sine, de egocentrism, de frustrări și posesivitate? Cine sunt prietenii?

H.F.: Prietenul e ca un zâmbet, nu-l poți retrage niciodată! Eu nu știu pentru cine sunt prieten cu adevărat, dar pot mărturisi deschis că inima mea nu are decât intrări. Ieșiri nu are. Cine a intrat odată în inima mea, nu mai iese de acolo nici cu ordin de interdicție. Idealul meu este să înmulțesc binele, bucuria și iubirea.

I.B.: Cu drag și îmbrățișare întru prietenie, vă mulțumesc pentru taifasul plin de sufleteție din Traista cu bucurii.

H.F.: Să fii binecuvântată și să ai lumină în suflet! Călătorie frumoasă în drumul spre Acasă!

Caietul 2

Privești, dar și vezi?

– poezii –



*Dacă privești, nu înseamnă că vezi.
Dacă auzi, nu înseamnă că asculți.
Dacă atingi, nu înseamnă că simți.
Dacă râzi, nu înseamnă că ești vesel.
Dacă plângi, nu înseamnă că suferi.
Dacă respiri, nu înseamnă că ești viu.
Dacă muncești, nu înseamnă că trăiești.
Dacă critici, nu înseamnă că ești mai bun.
Dacă ai diplome, nu înseamnă că ești mai deștept.
Dacă mergi la biserică, nu înseamnă că ai viză
în pașaportul sufletului.
Dacă...*

Inocență

Norii lăptoși
mă cheamă
să mă joc.
Iarăși,
în puf,
mustind a viață.

Colinele vesele
îmi culeg pașii,
învățându-mă
să zbor mereu
spre candoare.

Am lăsat
pe geam
urme de degete,
când mă jucam
cu aburii
ce-mi fugăreau
copilăria.



Ecou

Într-o zi,
i-am spus
tatei
să-mi arate norii.

Să poposim
pe ei,
sub,
și în ei,
urmărind
zborul cocorilor.

Să așez acolo,
la umbra lor,
mângâierile
și dulcea
alintare
a mamei,
ce acum
leagănă
amintirile.

Într-o zi,
i-am șoptit

tatei,
zâmbind,
că voi ajunge
să scriu
cu raze de soare
în sufletele
oamenilor.

De sub
tâmpla timpului
voi trimite
vise
în triluri
de ciocârlie,
pe ogorul încins.

Într-o zi,
icoana timpului meu
va călători
pe cărările tale,
semănând
neuitarea...



Lumânare

În ochii tăi văd o icoană
Pictată cu soare și apă,
Frunza, pic-pic, te-adapă,
Ești duminică, ești oază...

Părul tău, trecut de toamnă
Acoperă tăcerile și ceara.
Rana mai așteaptă seara,
Singură rămâne mama...

Chenoză

Doamne,
aşa cum săruţi marea, vântul şi cerul,
sărută-mi lacrima
şi ochii ce plâng mereu...

Sărută-mi
privirile ce te caută şi astăzi,
gândurile ce zboară,
inima ce iar e goală,
buzele ce-Ţi rostesc numele
obrazul ud şi trist.

Când săruţi cerul,
el plânge pentru mine.
Când săruţi marea,
ea-mi cântă balade.
Când săruţi vântul,
Doamne, timpul se opreşte,
şi plângem amândoi ...



Curcubeu

Toți spun că am părul verde,
că ieri cerul a fost roșu,
iar astăzi viața e roz
și că iarba e gri,
învelită cu frunze negre.
Însă toți... toți mint,
mint mult prea frumos,
când mai toți merg doar pe jos,
pășind doar pe alb-negru...

Mai bine fug în lumea mea de culori !

Vântul

Vântul negru și țepos aleargă-n zare cu păcat.
Alba luncă zace încă tristă, cu-al ei păr iernat,
Și cu dansu-i din bătrâne toamne lustruit,
Doar cum urlă pe la streșini, îl auzi tu, ghemuit.

Vântul vine de departe și oriunde se oprește,
Nici nu știi când, lângă tine, lacrima smerit îi
crește.
Doar prieten e cu luna și chiar stele i-a suflat
Când a prins-o într-o seară la povești și sărutat.

Vântul duce cu o boare, orice gând și orice taină,
Dar își face și din zile, ori ștergar ori poate haină,
Iar când aripile mele sunt crescute îndeajuns
Ne întrecem pân' la stele unde eu devin Uns.

Rază

Muguri de lumină
caută
sclipirea din ochii mamei,
când se odihnea
pe orologiul
ce-i bătea viața,
întorcându-i inima
pe toate părțile.

Șoapta ei am păstrat-o
într-o scoică
rătăcită din
năvodul pescarilor,
ce-mi respiră acum
prin vârful degetelor.

Tăcerile se strigă
arzând
petalele zâmbetului,
când mă ținea în brațe,
alintându-mi părul
și legănându-mă ca marea.

Era singură,
așteptând
cuvintele nerostite...

Ape

Ape curate, ape tulburi
Te-ndeamnă să nu murmuri,
Cazi iar și lacrimi furi
Când te ridici cu perii-ți suri.

Gemi, ești obosit și nu te-nduri...

Ape curate, ape tulburi
Aduc soare, aduc vânturi,
Uneori sunt doar frânturi
Și tu le miști din încheieturi.

Și nu le lași în legături...

Ape curate, ape tulburi
Ce cântă-n bălți și râd în râuri,
Nu mai sunt ca la-nceputuri
Când veneau pe ele fluturi.

Multe taine, multe gânduri...

Ape curate, ape tulburi
Au corăbii, nu au țarmuri,



Te înalță pân' la nouri
Sau te-neacă în adâncuri.

Stau ascunse printre rânduri...

Gemi, ești obosit și nu te-nduri
Și nu le lași în legături.
Multe taine, multe gânduri
Stau ascunse printre rânduri.

Icoană

Din arcada unei biserici părăsite,
cu cărămizi proptite doar-doar să cadă
ți-a cântat la harpă
un înger,
până când globul de cristal s-a spart,
atins de sunetul ciobit al visului
care ă plecat mult prea târziu
de pe nisipul fierbinte al nimbului sfințeniei.
Iar bătrânul așezat în rugăciune
și-a ascultat glasul cascadelor
pălmundu-și viața cu o privire rece,
agățată de ieri pe pietrele tăcerii
care îl învață să iubească,
fără să respire,
orice chip,
căci odată a fost aurit.
Astăzi, lumânarea picură
lacrimi din ochii icoanei mele,
sărutând cu ceară fierbinte pielea
ce mi-a rămas rece, rece...



Aș vrea...

Aș vrea să plâng,
dar nu mai am lacrimi.
Aș vrea să urlu,
dar nu mai am glas.
Aș vrea să zbor,
dar nu mai am aripi...
Aș vrea...

Inima e doar una
și o dai de-a dura,
Viață...

Dorul

Chiar dacă inima-mi topește
Dorul meu nu se oprește,
Pe măicuța țin în brațe
Și din sân culeg povețe.

E sărbătoare și e ziua mea.
Tată, cred că n-ai uitat iar de ea,
Niciodată nu mă joc în crâng
Doar mamei lacrima îi strâng.

Când se uită tainic la al meu chip
Oftează-ncet, adună mult nisip,
Mi-e inima blândă vioară
Ce cântă balade, iară, iară...

„- De ce ne întâlnim numai în vis?
Măicuța aseară iar mi te-a promis.
Să cred că ție oare nu-ți mai pasă
De nu te mai întorci degrab' acasă?

- De te-aş fi văzut măcar o dată
Când războiul îţi bătea la poartă,
Doar la măicuţa mea în pântec
Ţi-am auzit glasul ca un cântec...”

„- O, scumpul meu fecior
Mă doare inima de-al tău dor,
Dacă nu mă mai întorc vreodată
Îmi leg inima cu o lăcată...”

Smerit tătucul pleacă la război
Se încrede în icoană, nu-n trifoi,
Sărută obrazul şi vatra
Face crucea, înghite soarta.

Se-aplecă salcia pletoasă
Bucătura e apoasă,
Soarele privirea-ntoarce
Nici luna nu mai are pace.

Ziua toarce, noaptea trece
Nu mai vin flăcăii pe potecă,
Şi câinele urlă la cer
În lanţ şi-n ruginitul fier.

Măicuţa iar îngenunchează.
La icoană greu oftează:

„- Aș vrea să îl mai văd o dată
Să aibă și copilul meu un tată...

Oare unde se uită bunul Dumnezeu,
El nu vede cât este de greu?
Pădurea iar e verde, crește-al meu dor
- Ne crezi că nu-i așa ușor?...

- Tăticul chiar de e plecat
Sunt sigură că nu ne-a uitat,
Poate mâine totuși o să vină.
Mâine, mâine pe Lumină...”



Poartă

Prin tine diferite verbe se conjugă.
Intră dansuri, bocete sau chiar o rugă,
Te găsesc prin curte sau închisă-n zid
Ceasul ce m-aleargă încă-i vid...

Prin tine a trecut și tata și bunicul
Pășesc și eu de mână cu bibicul,
Și alții pe sub tine harul și-l aștern
Ațipind cuminte în rai sau în infern...


Prin tine vine lumea pe efemer pământ
O fiică a durerii eu știu că încă sunt,
Prin poartă trecem toți și duios ea ne-nșală
Dorind să stea deschisă, să scrie o
greșală...

Aură

Vis
între două ferestre,
razele îmi deschid
pleoapele așezate
până târziu
în rugă.

Și dorul
a stat sprijinit
pe țințurii
ce mi-au scârțâit
orele de taină
aruncând în geam
așchia lunii.

Gândurile
mi le vărs
în cupe de lalele
și le usuc
pe vitraliile vieții



uitate azi
la bătrâna catedrală.

Acasă
m-așteaptă
oglindea atârnată
într-un cui strâmb
căutând
nemurirea...

Diamant

Întind zâmbetul cu penelul
și scriu cu slove de bucurie
pe albul sau negrul zilelor,
suflând asupra rândurilor
foiță de aur,
ce va străluci și-n noroi.

Diamantul ce doarme
l-am trezit aruncând cu lumină în Tine,
pentru ca oamenii să vadă pe unde să umble,
căci ziua e în mâinile Tale.



Baladă

Clopotul cântă la soare,
Sunetul printre tălăngi se-ngână;
Turma blândă de mioare
Cu monahul ies din stână.

El se urcă pe cărare
Gândurile și le dezleagă,
Și cât ziua e de mare
Inima încet se roagă.

Pentru unii-s clipe grele,
Zilele nu li se-ncheagă
Și le ard ca pe surcele.
Pe poteci nu vor să meargă.

În traistă slove-și duce
Și citește peste rânduri,
Duhul ca să nu-l apuce,
Se sfînțește cu Trei gânduri.

Apoi privește lung spre creste

Și spre turma lui de lână,
Cum pasc iarbă ca-n poveste
Și nu poartă-n ele vină.

Peste culme zboară vântul
Și din el toți se adapă,
Iar când își schimbă veșmântul
Doar un miel se joacă-n apă.

Turma se oprește-alene
Și se leagănă printre flori,
Când jucăușele poiene
Aduc somn la visători...

Unii prind chiar aripioare
Iar boticul poartă zgura,
Când zâmbește mândrul soare
Doar un miel se dă de-a dura.

Dansând leneși sus, la umbră,
Până ce dogoarea trece,
Mieii-și uită soarta sumbră.
Vieți, ei cred că au vreo zece.

Brazii știu povești prea multe
Căci nu sunt de-aceeași seamă,
Pentru cei ce vor s-asculte
Și nu vor să se mai teamă...

Se coboară blânda turmă
Până mâine iar la stână,
Nimeni nu rămâne-n urmă
Din mănăstirea cea bătrână...

Astăzi ca și-odinioară,
Se îneacă-ncet toți anii,
Urcă și nu mai coboară
Ni se duc în munți bătrânii...

Zile multe fără număr
Și nimeni nu-i va mai cunoaște,
Poartă monahii pe umăr
Numai când vor fi doar moaște.

Și îi vor vedea-ntr-o seară
Când inimile se așază,
Iar harul în taină coboară
Amintindu-le de Oază.

Ruga lor e mult mai trează
Și-n ale lor singurătăți,
Trăiesc paradisul, nu citează,
Și ieri, și azi, și-n alte dăți...

Anii se coboară-ncet pe frunte
Rămân pe foi multe gânduri,

Și ca un râu rece de munte
Astăzi cânti și mâine murmuri....

Doar în zile răsturnate
Cu ore triste și mărunte,
Când îndată-i pe-nserate
Stau în stânele cărunte...

Atunci vin oamenii la stână
Aducând suflet uscat,
Și nu vor nimic în mână
Decât carne să ducă-n sat.

Nimeni din joc nu se lasă
Se aleargă, stau grămadă,
Când viața-i alunecoasă
Câte unu, încep să cadă...

Brazii fruntea-și mai pleacă
Spăimântați, ca pentru rugă,
Când lama iese din teacă
Și capete-adorm pe buturugă.

Când blana li se-nfioară
Carnea le-o ard ca buștenii,
Ochii lor de căprioară
Vor crede că au vedenii.

După miei vin muritorii
Dar pe ei cine-i mai ia,
Cine vor fi vânătorii
Ce viața le-o vor tăia ?...

Nicio frunză nu mai pică
Nicio creangă nu tresare,
Niciun zbor de păsărică.
Nicio fragedă mișcare.

Pleacă iar pe nesimțite
Pe cărarea cea bătrână,
Frunze moarte, putrezite,
Ce doina nu și-o îngână.

Raze lungi și sclipitoare
Strâng în brațe munții mari,
Se coboară de sub soare
Gânduri moi și gânduri tari...

Plouă

Oamenii
aleargă iar la ziua de ieri,
rupând lumânări neaprinse.
Și-o firavă aripă-n zbor,
ei caută umbre sub care să aștepte
agonia...

Plouă ...
Curg lacrimi de pe obrazul cerului
le strâng în palmă și le sărut
bucurându-mă,
poate îmi vor crește aripi de lumină.

Și plouă...
pentru mine, pentru tine,
pentru întreaga lume...

Dacă...

Poți respira aer curat când toți se scutură de praf
Și nu îți așezi sufletul pe primul alb cearceaf,
De încă mai zâmbești când viața ți-e atroce
Căutând rugăciuni în suflet, rămas fără de voce.
Iar ochii de nu-ți sticlesc la primii galbeni,
Cu adevărat ești un Om printre oameni...

De încă visezi când nimeni nu știe să doarmă
Și mintea-ți mai pășește curajoasă, ca o doamnă,
De știi cuvintele să nu le arunci fără de rost
Ca mine, ca tine, trecători au mai tot fost.
Însă din când în când, dacă îți mai numeri anii,
Cu adevărat ești Om printre atâția oameni...

De ai gustat venin, dar l-ai ținut în gură
Vei vedea că nimeni viața nu ți-o mai fură.
De vei rămâne calm când afară tună,
Vei știi să prețuiești soarele de după furtună.
De iubirea îți va fi singurul tău țel,
Vei fi tot același Om, dar altfel...

De vei crede doar în trista omenire,
Vei fi singur, nu vei mai cunoaște altă fire.
De știi să râzi când îți vine să plângi,

Și rugăciunea doar în taină să o strângi,
De știi să nu pui întrebări, dar să-ți culegi răspuns
Iar sufletul de-un înger să ți-l lași străpuns,
Vei fi tot Om, dar mai pătruns...

De vorba îți rămâne în zile sărate, ușoară și dulce
Și nu culegi de la viață mai mult decât poți duce,
De ți-a fost inima iarnă, primăvară, vară și toamnă,
Pășind printre oameni altfel, nu cum ei te-ndeamnă.
Iar la mormânt, dacă nu îți vor cânta doar fanii,
Cu adevărat ai fost un Om printre oameni...



Voroavă

Arunc pietre
ca dintr-o curiozitate de copil,
în obrazul lacului
ce citea o carte
la semnul lăsat de mine.

Astăzi cineva a dat pagina mai departe,
nu a vrut să mai citească,
rând cu rând,
și să respire prin fiecare literă
ce-mi strângea mănăstirea inimii.

Acolo unde am căzut
m-am făcut izvor ce curg printre oameni,
adăpând zilnic pământul însetat...

Trup și Duh

Unde este început
acolo va fi și sfârșit.
Recunosc că sunt gol,
dar cine moare lumii?
Mă dezbrac de haine
și le călc în picioare,
știi că Ești Viu
acum nu mă mai tem.

Focul lăuntric
sporește credința,
nu Hristos se transformă,
ci ochii noștri vor vedea altfel.
Ochiul nu a văzut,
urechea nu a auzit,
mâna nu a atins,
la inimă nu a ajuns:
când ajungem să ne cunoaștem
vom fi iarăși Unul...

Furtul...

Aseară în vis mi s-a arătat
că există un singur păcat -
și acela e hoția.
Toate celelalte păcate
sunt valențe ale acestuia.
Când omori un om,
furi o viață,
furi dreptul soției la un soț,
furi copilului un tată sau o mamă...
Când spui o minciună,
furi dreptul cuiva la adevăr,
furi o bucurie,
furi o altă minciună...
Când ești desfrânat
furi o curăție,
furi un templu al Duhului Sfânt,
furi o inocență...
Când clevețești,
furi o pocăință,
furi dreptul cuiva la cinste,
furi o demnitate...

Când judeci,
furi pe Dumnezeu,
furi o viață,
furi un păcat...
Când ești viclean și fals,
furi graiul neamului,
furi jertfele strămoșilor,
te furi pe tine...

Nu există faptă mai afurisită decât furtul!



Frunze pe bancă

Buzele mele:
o rană tăcută pentru cer,
când mă dezbrac de noapte
și gem în somnul durerii.


Merii
nu mai înfloresc cu flori de măr,
ci aduc de-a gata mere
mult prea coapte pentru muritori.

Doina e ca un vultur în munți
înflorind și ofilindu-se în sine,
apoi adoarme în uleiul liniștii
ascultând neîncetat glasul vântului.

Am salvat credința, răbdarea și pacea
și norii miroseau mirați al meu suflu,
dar cămașa iubirii am uitat-o pe sârmă
când, grăbit de ploaie, mi-am strâns hainele...

Doamne,

Doamne, încălzește-mi inima suflând iar viață,
Doamne, învață-mă să văd și să merg prin ceață.
Doamne, iartă-mă când uit să privesc spre cer,
Doamne, vino și topește al meu tainic ger.
Doamne, ia-mă de mână și călăuzește-mi pașii,
Doamne, nu mă lăsa să-Ți smintesc urmașii.
Doamne, fii cu mine când eu fug de Tine,
Doamne, iartă-mă când nu știu ce e bine.
Doamne, eu sunt mic și neajutorat,
Doamne, păzește-mă când sunt vânat.
Doamne, trimite-mi pe îngeri și pe sfinți,
Doamne, ascultă-le rugile fierbinți.
Doamne, iubirea nu mă lăsa să o pierd,
Doamne, numai în Tine vreau să mă-ncred.
Doamne, ajută-mă să pun mereu început bun.
Doamne, sunt neputincios și sunt un nebun.
Doamne, fie-ți milă de lacrimile mele,
Doamne, ia-le în mâini și șterge-Te cu ele.
Doamne, eu iar te vând și răstignesc prin faptele mele,
Doamne, oasele mele sunt biete surcele.



Doamne, ridică-mi mintea spre cele înalte,
Doamne, vreau să te am în fiecă noapte.
Doamne, uneori mai cânt dar uit melodia,
Doamne, arată-mi cum să lucrez via.
Doamne, modelează-mă să devin suflet nobil,
Doamne, ridică-mă când păcatul mă face umil.
Doamne, stai cu mine sub a vieții cruce,
Doamne, fără Tine nu o pot duce.
Doamne, dintru adâncuri strig către Tine,
Doamne, Doamne fii cu mine!

Poezia apei

Apa e ispita scriitorului
vrăjit de clipocitul ei;
dă ascultare literelor jucăușe
pitite în călimara de pe masă,
într-o lume a oamenilor mici
luptându-se pentru a se menține în viață,
alături de clepsidra bătrână.
Între timpul ușor și timpul greu
apa mă cuprinde, o cuprind
zilnic devenim una,
meditând asupra vieții.
Stinge focuri și adapă arșițe
spală murdării, oglindește chipuri
în propriul ulei al existenței.
E viață și moarte, aidoma focului
ce a uitat să ardă din propria cenușă.



Poezia focului

Visătorul visează lumea...
Visând aiurea
devii poet
pentru că vorbești
ție însuți.
Când gândirea se odihnește,
imaginile focului veghează
într-o conștiință clar-obscură.
Sală pierdută în umbre,
trepte fără sfârșit,
subiect zugrăvit
în nuanțe închise și deschise
având demnitatea de a exista.
Adormim toți în fața focului,
dar eu nu pot adormi în fața flăcării
unei lumânări care veghează
timpul și amintirile...
Totul tremură când pălpâie lumina
în adierea vântului de seară,
flacăra e călăuză spre înălțimi
ca un model de verticalitate:

arde și luminează,
jertfește jertfindu-se.
Imaginația e flacăra,
viața e flacăra,
Universul e flacăra,
glasul e jar
stins de lacrimile nopții
ce îmbracă aceeași floare albastră.
Focul este acum disciplinat
dăruind lumină,
îmi încălzește glasul cu trei petale...
O fi oare flacăra unui foc umed?!
Flacăra geme, suferă...
Flacăra singură, ard.
Stelele,
lacrimi de bucurie
gata să picure pe acest pământ
arzând un alt foc...

Somn

Intru în lumea poezilor,
cu steaua paginii albe,
comentând singurătatea
îngăduită de filosofii care visează
în tehnica visului, în stare de veghe.
Când mi se stinge lumânarea
scriu rânduri la lumina ochilor pisicii,
ce urmărește fuga mâinii mele pe hârtie.
Pe mine lumânarea și pisica mă privesc,
dar ce mai face singurătatea voastră?

Măine mă topesc în singurătatea celorlalți,
singurătatea nu mai are istorie.
Lumea este un manual
cu multe definiții și formule,
care trebuie mereu aplicate
pentru a reuși la olimpiade...

Arbori mângâiați de curcubeu,
floarea-soarelui și regina nopții,
își caută aștrii

pe portativul meu.
În spatele lămpii se află un suflet,
iar eu în acel suflet

aș fi vrut să fiu.
În chilia unui visător
obiectele devin mituri universale;
unele mor bine,
căci mor adormind,
spre a învia în lumină.
Sunt doar eu și luna...
Unde-i laguna?
Să mă ningă flori de măr
și să-mi cânte frunza-n păr.
Picioarele-s goale pe marmura rece...



Paravan

pășesc iar printre voi:
nu știți ce am în gând,
zâmbesc sau poate plâng.
rostesc cuvinte dulci:
nu știți de unde vin,
vorbec sau poate vreau să tac
și să suspin.
stau printre voi doar ca să nu mă judecați,
privesc - am ochii încețoșați;
ascult ce-mi zici dar am văzut mai mult,
sfârșesc dar poate sunt chiar la-nceput...

Vitrină

Mama avea multe
bibelouri de porțelan
pe care le mângâia
și le muta,
le ștergea de praf,
dorindu-le
și iar le ștergea,
de singurătate.

Erau pe acolo
și câteva pahare
cu picior și flori,
colorate sau incolore,
aranjate într-un fel anume
știut doar de dorul
de a fi goale
și cu fața în jos.

Din spate privea
o oglindă plină

cu lumini și umbre
cântate la cutremurul
din inima aceea
aburită,
agățată într-un colț
de vitrină...




Popas prin suflet

sărutul
este
popasul
dintre
două răni...

îmbrățișarea
este
popasul
dintre
două clipe...

privirea
este
popasul
dintre
două tăceri...

pe linia vieții
toate sunt o pauză
dintre ceva și altceva...



iar astăzi
aleg
să rămân în popas...

Zăduf

Se pune praf
Pe tipograf.
Are hârtie,
Dar ce să mai scrie ?

Țîtera-i bolnavă,
Penița-i gîngavă,
În lume-i gâlceavă
Se mestecă iar pleavă.

Te rog, mai rămâi
Cu gîndul cel dintâi!
Măcar așază puncte
Mărunte, mărunte...



Timpul mă lasă să fiu timp

Sunt orb ce vede
și mut ce vorbește,
olog ce se mișcă,
răspunsul întrebării încă nespuse
în clipele de îndoială
când mi-am târât genunchii la capătul lumii.

Redescopăr acea culoare
din privirea ce mi-a umplut zilele scuturate.
Peste curgerea timpului așez un pod de flori
care se ofilesc când nici nu te aștepți...
Mor în fiecare zi, ca să nu mai mor când mor...

Suflet înverzit

Am învățat să-mi fac aripi din cuvinte,
să zbor dincolo de dorințe,
acolo unde fericirea își face cuib.
Suspînul unui izvor
îmi aranjează ca pe niște cărți
gândurile despre lume.
Încă mai trag de crengile înverzite
ale tinereții mele
și le aduc tot mai mult în mijlocul sufletului,
să devină pădure răcoroasă
pentru zilele dogorite ale vieții.



Mi-am pierdut umbra...

O umbră nu poate îmbrățișa o altă umbră,
trăiește singură, moare singură,
o dau din mine, mă dă din ea
iar o beau, iar mă bea,
și singurătatea noastră
o împărțim cinstit la doi,
până când fiecare va muri singur,
într-o noapte, într-o zi,
la apus, la răsărit,
pierdut, stins, șters...

Într-o zi umbra nu o să mai doară...

În marea de cuvinte...

inspir,
expir...
totul e banal,
sau anormal...
aștern gânduri,
peste rânduri.
ochii îi deschid,
doar ca să-i închid...
e două,
și plouă...
rătăcesc în jur,
totul e obscur...
e prea mult,
dar ascult.
și lumea minte, minte...
în marea de cuvinte...

1821

Cu uşile închise un monah se roagă,
Suspinând aievea pe-o candelă oarbă,
Şi nimeni nu îl scoate din a lui tăcere
Un picur rece dară un ştergar îi cere.

În Secu în cetate, liniştea ţipă şi apasă
Făclia iar se stinge şi cade pe masă,
În ţară e răscoală şi nimeni nu-ndrăzneşte
Din sihăstrie să iasă, când fiara iar răcneşte.

Tătari cu făclii aprinse, ţipând păgânătate
Aleargă eterişti acum, în ceas de noapte,
Ce şi-au păzit pământul şi a lor libertate
Cu preţ de sânge, credinţă şi dreptate.

Cu ochii-nvolburaţi inamicii n-au nicio uşă,
În urma lor glăsuiesc mormane de cenuşă,
Şi pârjolesc mişeei, privirea lor nu iartă,
Biserici şi cetăţi, credinţă nepătată...

Dar la un timp printr-o vale se ciocnesc,
Din soldaţii eterişti trei sute supravieţuiesc,
Epuizaţi, răniţi, gemând din suflet scăpare
Ajung la Secu-n cetate şi pun multe zăvoare.

Mulți se-adăpostiră de amara încercare
Călugări, țărâtime, boieri cu zestre mare,
Și toți plecau genunchii, de ură sau de teamă,
Comori ascunse-n ziduri, copii șoptind de mamă.

Și turcii stau la poartă bătând cu-ndârjire tare
Acum părându-le cetatea, o fortăreață mare,
Se-nvârt, se tot sucesc, se cațără, nu izbutesc,
Setos paraclisul din lemn cu torțe-l pârjolesc.

Nici în astfel chip, înăuntru nu pot să pătrundă
Căci zidurile-s 'nalte, crescute-n foc și trudă,
Amar se mai mâhnesc turcii și cad la învoială
Porțile să deschidă, necerând în schimb tocmeală.

Și printre dinți amari, doar libertate făgăduiesc,
Zăvoarele să cadă ca tunetul ceresc...asta doresc,
Și doi monahi agale spre poartă pașii îi îndreaptă
În cuget, oricât s-ar îndoi, dorința e prea stearpă.

Se stinge flacăra din candelă, golind priviri sfioase
Turcii-s în cetate cu sufletele căzute și-ntoarse,
Privirea se pleacă-n labirint, sabia-i însetată de sânge
Vai! Monahul țipă, capul se zbate și trupul n-atinge...

Covor de trupuri turcii formează, în roșu e înmuiat,
Călugării-n biserică lacrima fierbinte și-au terminat,

Dar vrednicele mâini crucea pe trup nu au mai
însemnat,
Trăsnind ca un fulger, capetele o sabie le-a retezat.

Torent de săbii seceră bătrânii cu mantiile pe spate,
Pe sânge alunecau monahii scuturându-se de păcate,
Țipete, sfâșieri, trupuri strivite îngrozesc privirea,
Turcii intră-n biserică și-nterup aspru citirea.

Candelabrul de argint fioroși l-au doborât și necinstit,
Icoana blândă a Fecioarei, cu-n iatagan au scrijelit,
Sacul mâniei e prea mare și nimic nu-i stăpânește,
Foc, râu de foc, sângele mișeilor în inimi clocotește.

Pe Măicuța Sfântă chipul dulce, din inimă o doare,
Căci iataganul a fost prea rece și cu vârful tare,
Pruncul lisus suspină cu obrăjorul nevinovat scrijelit,
Iar la poartă pe turc în moarte îngerul l-a părăsit.

În urma lor prea groaznic, mult prea groaznic.
În mănăstire moartea domnește ca un paznic,
La tot pasul carne și sânge așteaptă pe pietroaie,
Mila-i sfâșiată, răbdarea-i prea greoaie.

Acum călugării martiri de lumini mărețe au parte,
Și cu priviri de foc, inimi viclene vor arde,
Iar când păcatul fără rușine apasă prin negre zile,
Pete de sânge din pământ răsar să mai șteargă file.

Etitorie

În grădiniță, ascunsă de bătrâni copaci,
Se plimbă o domniță c-un buchet de maci,
Și cu al ei boier Nestor, în cale se-ntâlni,
Frunzărind cuvinte fără a se mâhni.
De la un timp, gânduri adânci îl tăvăleau
Clocotind suspine ce mereu îl frământau,
Iar Mitrofana, dulce, în taină-ngenunchea
Și în ale ei rugi pe Nestor pomenea.
Dar într-o zi din inimă un dor mărturisi
La al ei soț ce-n cale abătut i se zări:
„De vrei sufletul să ți-l fericești,
O monastire mare din temelie să zidești,
Pentru călugării smeriți de la pustie
Să te pomenească-n veșnicie!”
Boierul Nestor cuprins de bucurie acceptă
Dar se frământă că niciun loc nu-l încântă.
Merse agale la pustnicii de prin pădure
Ca de-al lui gând, un sihastru să se-ndure.
Și cum mergea, ajunse și la Muntele Vasan

Ce-și străjuia pădurea ca un măreț oștean,
În foșnet de frunze și ciripit de păsărele
Un pâraiaș se oglindea timid la vâlcele.
La „Schitul lui Zosim” boierul poposi
Și inima-i măreață, aici, în șoaptă se zidi,
De acest bătrân cu haine ponosite
Ce murmura adânc cuvinte potrivite.
Cu mersu-i lent și o voce caldă-lină
Îl binecuvântă cu o privire blajină,
Și își simți boierul a lui nimicnicie
În fața bătrânului cu părul de leșie.
Nestor, smerit, genunchii grăbit îi pleacă
Mărturisind cu foc dorința ce-l îneacă:
„Eu mai la deal aș vrea o monastire
Cu tot ce trebuie pentru monahii din pustie,
Și nu cer decât o fiască binecuvântare
Ca să mă pot apuca de sfânta lucrare.”
Zâmbind, bătrânul cu drag îl blagoslovește
Zicând: „Locul pentru Sfântul Ioan se jertfește!”
Din iunie Nestor de zidit cu spor se porni
Și cu al lui alai prin octombrie sfârși,
Iar Mitrofana cu broderii biserica găti,
În cinstea Sfântului Ioan zidi și chilii.
Toată osteneala cu ziduri semețe o-mbracă
Să fie protejată de sabia din teacă,
Și o numi boierul „Secu Monastire ”

După numele pârâului de la ieșire.
Ca o cetate medievală mănăstirea se-nălța
Cu odoare scumpe pe toți îi încânta,
Iar clopotele mândre în clinchet se-ntreceau
Și-n depărtări mulțimile de Secu glăsuiau.
Trecut-au anii, patru veacuri se mărturisesc
De când la Secu monahii în rugă străjuiesc,
Ei știu în cartea veche creștinească
Pe Nestor și Mitrofana să-i pomenească.



Lumina de la schit

Am urcat din nou spre răsărit
Să mai revăd bătrânul de la schit,
Cu barbă albă, mersul lent și haine ponosite
Purtate vară-iarnă, cu lacrimi sunt vopsite.

Suferința oamenilor prin suflet ți-a trecut
Durerea și necazul, cu rugăciune s-au pierdut,
Te așezi pe-o rogojină și blând ne dai povețe
În inimă pătrunzi cu o adâncă frumusețe.

În toată ziua ai pe frunte doar picături de rouă
Le ștergi, le strângi, dar mai apare una nouă,
Și plângi, genunchii-i pleci și ești tăcut - ești
fericit
Cazi, te ridici, rabzi totul, tu ești un mântuit!

Acum în noaptea neagră, la ceasul cel târziu
Te rogi într-o chilie, în juru-ți e pustiu
Și nici nu știi când zorile venit-au de cu seară
Căci tu de la amiază n-ai mai ieșit afară.

Noaptea e lungă și cartea-i de galben încercată
Genunchii nu-i ridici, ți-e inima amară, apăsată,
La ceasul tău adânc, udat de lungă priveghere
Cânți și iar te rogi, căci sufletul în taină-ți cere...

Sevă de inspirație

Mă așez supus la masa vieții
și-mi aleg o porție de îndoială...
Primul fel e supă de iubire:
a potrivit-o bine, nu-i sărată.
Pâinea încrederii e cam uscată.
Îmi torn și un pahar de zâmbet,
privirea-mi rușinoasă o transform în clinchet
și iau, fierbinte, un polonic de inocență,
îmi place că are multă speranță.
Felul doi e friptură de dragoste,
cu garnitură de suspine,
o mănânc cu o dulce poveste.
Presar deasupra puțină minune,
ce am în suflet nu pot spune.
Îmi aduc fel de fel de prăjituri,
vorbe-n vânt și alte torturi,
e atât de frumos la această masă
iar pasiunea mă-ncălzește mofturoasă.
Prea multe bunătăți, parcă nu-i bine,
sau poate că nu-i totul pentru mine?
Ba da, e pentru mine, dar scaunele-s goale,
nimeni n-a stat la masă, toți au gustat din oale...!



Cine, unde, de ce ?

Cine ești tu, cel care mă judeci pe mine,
și crezi că această lume e doar pentru tine?
Cine ești tu, cel care mă faci să plâng mereu,
și crezi că numai al tău e Dumnezeu?
Cine ești tu, cel care arunci primul cu pietre,
și te crezi bun de pus pe perete?

Unde vrei să îmi ascund glasul,
ca să-ți poți dansa singur valsul?
Unde vrei să îmi port palidele oseminte,
ai uitat ce ai fost mai-nainte?
Unde vrei să muți pământul,
ca să-ți încapă în el tot trupul?

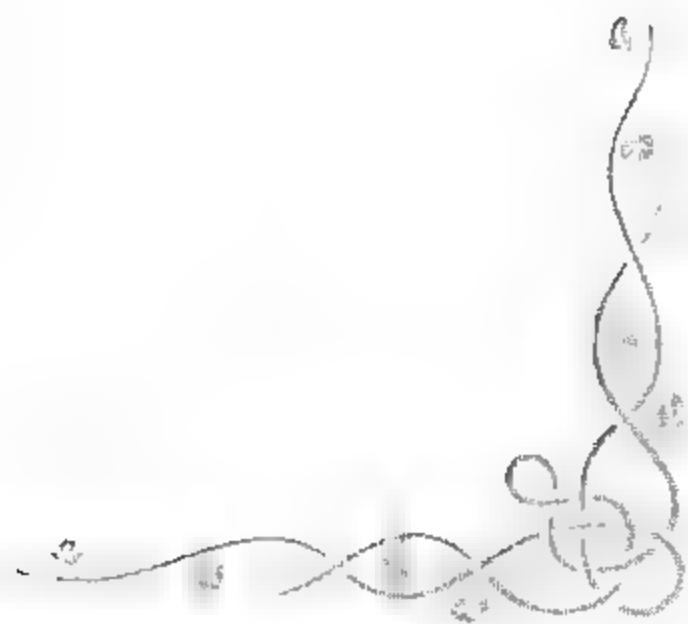
De ce rânjești la mine mereu,
și vrei să vezi lacrima când îmi cade greu?
De ce când nu e soare dai pe mine vina,
și nu mă lași să sărut Lumina?
De ce zdrobești cu dinții visul meu,
de ce te joci de-a Dumnezeu?...

Tată...

Tată,
ține luna
și stelele,
iar soarelui
poruncește-i
să mai strălucească
pentru ultimii
muritori,
ce vor să Te cunoască
și să învețe iubirea.


Tată,
lemnul crucii
Fiului Tău,
zilnic se udă
cu sângele cald,
vărsat
pentru păcatele mele
și mă spală
de tot
întunericul.

Tată,
nu îți vărsa
ultima
lacrimă din cer,
căci atunci
pământul
se va cutremura,
cum nu a mai fost
și nu va mai fi
niciodată...



Fiii Învierii

Pe părinți,
pe bunici,
pe moși,
pe strămoși,
pe tineri, pe copii
de la cei dintâi
până la cei de pe urmă...
Pe cei ce au adormit cu credință
pe uscat sau pe mare,
pe cei ce s-au făcut mâncare fiarelor,
secerați de război,
ori nimiciți de cutremur,
uciși de tâlhari
sau arși de foc,
sfărâmați de stihirile pământului
în orice fel de chinuri
sau adormiți în pace,
pe toți, Doamne, îi odihnește în Casa Ta!
unde sunt multe lăcașuri
pe care ni le-ai pregătit nouă,



celor ce Te-am căutat,
celor ce Te-am aflat,
celor ce Te-am păstrat,
și celor ce Te-am iubit,
dar și celor ce nu Te-au cunoscut,
dar care, pentru rugăciunile altora,
din iubire, îi vei săruta pe frunte
în Ziua cea neînserată...

Pâine și Apă

Frumos lucru este
iubirea de frați,
mila față de aproapele,
îndelunga răbdare,
bunătatea,
blândețea,
râvna,
înfrânarea,
paza minții și a inimii,
mucenicia trupului,
rugăciunea și privegherea,
curățenia și fecioria,
liniștea,
smerita cugetare,
nedorirea de agoniseală,
dar mai frumoase sunt
bucuria cu cei ce se bucură
și plângerea cu cei ce plâng...



Strajă

Doamne,
nu mai am cuvinte
nici puncte mărunte,
ori suspine
mai lungi sau mai fine,
lacrimile mi-au secat
cei de aproape, ai mei, departe au stat,
trupul e neputincios,
osul nu mai stă pe os,
nu mai am nici fapte plăcute Ție
nu știu nimic din ce o să mai fie...
Rugăciunea s-a uscat
viața-mi este un păcat,
inima zace împietrită
cu ușa iarăși lovită,
prinosul meu este udat cu fiere
jertfa-i risipită în plăcere,
vocea mi-e gângavă
a mestecat pleavă,
gândurile așteaptă întunecate de mantia rănilor
mă doare durerea, toate mă dor...

Doamne,
nu am ce să-Ți ofer acum
decât tăcerea...

Plouă din mine spre cer

m-am botezat
în roua petuniilor
când își făceau rugăciunile de dimineață,
în transparența difuză
a unui sacru cuvânt...

mi-e gândul pui de magnolie
rămasă într-un ghiveci
din vara în care
am uitat primăvara
la răcoare, în beci.

duminica trupului meu
râde în AAA și în UUU,
când îmi așez sufletul pe veșmânt,
fiorul umbrei redevine credință
și plouă, și plouă...

din mine spre cer,
sfânt legământ
între cer și pământ,
între cer și pământ
sfânt legământ...

Copacul

M-am oprit și am strâns copacul în brațe,
la îmbrățișare poate aș fi trăit, poate aș fi murit,
bine că nu m-a strâns el...

Aș fi vrut să o facă, dar i-a fost frică,
să-și scoată rădăcinile din pământ
și a început să plângă de durere. ..

M-am lăsat îmbrățișat de plânsul lui,
era atât de cald și rece,
secetos și inundat,
fricos și acuzator,
obosit, dar prefăcându-se că e bine,
de dragul meu, de dragul lui...

Mi-a spus că pot îmbrățișa
oricând, oriunde, oricât, orice alt copac,
în rugul tăcerii...

Dar mie îmi mângâie inima,
frunza și uscăciunea lui,
rădăcina și coaja bătrână...

Sunt, dintre pământeni, cel mai binecuvântat!

Până la înălțimea privirii...

Sufletul meu era la ușa Bisericii
cerșind milă,
iar Tu l-ai apucat de mână
și i-ai spus să se ridice.
Uitase unde trebuie ținută privirea,
uitase cum e să mergi printre ei
la același nivel cu semenii.

Astăzi mi-ai pus curcubeu la gât
suflând păpădia de pe pleoapele căzute
ce ascundea întrebarea fără răspuns,
căci dacă iubești, ierți
și te naști din nou
câștigând totul...

Miroase a Dragoste...

Caietul 3

Atingi, dar și simți?

- eseuri -



Tiptil, suflet de copil

Muzică de catifea. M-am visat copil agățat cu mâinile de cer. Mi-e dor de tine, de fiecare dată când taci... Uneori plâng cu tine în brațe, căutându-te, căutându-mă. Alteori râd și sunt plin de voie bună, trăind povești nepovestite. Numai tu poți să aștepți și să arunci din piept săgeți spre soare. Te mângâi cu mâinile ca pe un bebeluș dinlăuntrul tău. Plăcut la vedere, dulce la gust și frumos de rostit. Mireasmă, zâmbet curat. Imaginea paradisului. Când sufletul îți este la pământ, prinde-te de copilărie. Privește în ochii unui copil și vei gusta seninul vieții. Bucuria de a fi.

Am redescoperit vocația de a surprinde copilul interior. Ascult acel glas. Dans între trecut și prezent. Visez cu imaginație ludică, aiudoma unui copil. Intru adeseori în grădina copilăriei și culeg cu inima florile gingășiei, ale inocenței și bucuriei pure. Pozne dulci aduse de povești scuturate din nori. Perioadă când prindem stele de pe cer și le așezăm în sân pentru zile ploioase, când ne vor surprinde și cuprinde. Ușoară și nemuritoare, copilăria este ghemotocul pe care îl depănăm în momentele noastre de suflet. Țopăie, zboară, mereu trează, ea ne dă puterea de a pași mai

departe. Bucuria de a fi împreună este mai mare decât dorința individului de a avea dreptate.

Există uneori priviri de copil care te duc atât de departe cu amintirea, încât este imposibil să rămâi fără răspuns la întrebare. Gândește, hotărăște și acționează! Fiecare întrebare poate deveni un joc, fiecare decizie luată te va putea învăța să te cunoști, să te înțelegi. Fericirea de a împărtăși cu ceilalți este bunul suprem al omenirii. Fericirea nu se atinge cu vârful degetelor, ci cu vârful inimii.

Adunăm mierea din polenul florilor copilăriei și învățăm că nu suntem singuri în tot ce ni se întâmplă și că întotdeauna există o soluție să depășim obstacolele. Ne sperie necunoscutul și credem că nu mai este nimeni pe cărare în pădurea vieții. Dar au mai trecut și vor mai trece suflete pe acolo. Fragi, mure și zmeură așteaptă să fie gustate. Nu-ți fie frică de bau-bau!

Copilăria este o sfântă sărbătoare, o icoană a sufletului. Lăudați-vă copii și încurajați-i! Vor ține minte toată viața gândul bun. Observați valoarea, apreciați, nu căutați nod în papură. După ani și ani mă voi întoarce, te vei întoarce în anii de aur. Suspans, aventură. Ploaie de vară. Copilăria vorbește... Bucurie și speranță. Zâmbește, copile de altă vârstă!

La mulți ani, copilărie! La mulți ani, suflet de copil!

Tăcerea îmbrățișării

Astăzi am mers în pădure și am strâns un copac în brațe, scoțând din desagă tăcerea mea.... L-am dăruit plânsul neplâns și râsul nerâs. Cuvântul nerostit și gândul scormonit. L-am privit, l-am mângâiat, l-am rugat să mă cuprindă în brațe și să... tacă în tăcerea mea. Să nu mai promită nimic niciodată, ci doar să fie, să privească spre cer și când e pregătit să-și dăruiască umbra. L-am atins cu tălpile rădăcinile, căutând adâncul... Și am privit spre cer. M-am oglindit în el și am știut că pot să contemplan. Călăuzire, țel, inspirație. Va fi bine!

Nimic nu se pierde. În spatele fiecărui rând șoptește o lacrimă, un zâmbet, un dor, o speranță... Strecor o scrisoare în inimă. Fiecare floare are umbră, rază, voință. Scriu o odă clepsidrei. Aud fără să se audă. Pe sticla ferestrei, pe fața tăcută, acolo stau priviri neșterse ce renunță fără să regrete. Conștiința socială are propriile îndoieli. Orice rană este doar o experiență. Ce gândești despre celălalt îi influențează comportamentul. Admirând, având grijă de amintiri, privesc viața ca pe o expoziție de tablouri cu scene reale. Vindecarea este o chestiune de viziune, nu de tehnică. Îmi place întrebarea pe care, tăcut, o savurez

cu înghițituri mărunte. Hrănesc inima albastră și aștept. Nu știu nimic despre râul acela. Buzele tale se roagă... Miroase sufletul a... ani. Liniștea te îndrumă pe drumul către tine însuși.

Există o Cale. Nu murim când murim, ci murim când nu mai iubim. Mă cuibăresc lângă Doamne ca lângă un Tată și primesc iubirea. Împărăția lui Dumnezeu este în inimile pline de iubire. Intrați, dar nu trântiți ușa în nas. Prezența voastră să aducă fericire!

Picătură de liniște...

Fericirea este asemenea unui fluture, pe care, dacă alergi să-l prinzi, zboară mereu în jurul tău. Dar dacă stai nemișcat, ți se așază pe umăr. Este plăcut ca în fiecare zi să te oprești și să spui: „Stai puțin, sunt binecuvântat! Este minunată viața mea!”

Clipă, stai! Ești atât de frumoasă! A te trezi în fiecare dimineață este un dar. A adormi în fiecare seară este un dar. Caut celelalte cuvinte. Ne robim sufletește unii pe ceilalți. Când ne rugăm, ne sărutăm unii altora sufletele. Suferința nu ne omoară, suferința ne purifică, ne desăvârșește... Durerea ajută ca oamenii să nu mai fie ignoranți. Prin durerea acceptată și asumată experimentăm viața și prețuim bucuria. Evoluăm. Vorbim limba durerii. Orice prezent, lin sau dur, devine trecut. Lasă să treacă... Cauți soluții sau scuze? Oferă motive inimii să zâmbească, chiar dacă lacrimile cosesc iarba zilelor. Viața este senină când avem dragoste. Ține soarele cu tine.

Ce gust are dorul tău? Curge prin oase. În iubire nu există buton PORNIT-OPRIT. *Am nevoie de nevoia ta*, spune inima. Viața nu este un chin, ci dorința de a fi. Fiecare dintre noi are timpul lui de cunoaștere, de deschidere, de creștere. Uneori această diferență este

foarte mare. Și toată viața luptăm să o scurtăm. Te leagă, te unesc. Te bucură chestiunile mici și intense. Chiar și nodurile reînnodate pot deveni momente de regăsire, de pace, de bucurie. Da! Vreau! Pot! Și fac. Există un timp al timpului și un timp al veșniciei.

Lumânarea curge, plânge, se topește. Se transformă în candelă sau în lumânări mai mici. Nu ceara este esențială, ci flacăra, lumina. Fitulul nu consumă iubirea, ci o încarcă, o înveșnicește. Dacă vrei să luminezi, trebuie să arzi. Pe altarul iubirii, pe altarul iertării. Lasă-te să curgi. Uneori, destul e destul. Într-o zi golul se va umple.

Urmărind stelele pierdem luna... Dacă în viață ar fi totul cum ai vrea, ai uita să iubești, să ierți, să visezi. Nu te mai grăbi. Respiră dragostea! Nu ești singur. Dacă întârzii, nu înseamnă că ai uitat. Și mâine e o zi.

Îmi lipesc tâmpla de liniștea nopții cu parfum de ploaie. Inima îmi este brăzdată de ochii în care tu nu mai înoți. Tăcerea nopții îmi arată că nicio noapte nu e la fel. Peisajul lăuntric al inimii pictează ochii la infinit, căutând nemurirea, nemărginirea... M-am așezat pe celălalt mal al inimii mele privind potirul vieții. Ceea ce se întâmplă, se întâmplă. Suflete, nu mai rămâne închis între două coperti pline de povară!

Oamenii intră în viața noastră cu un anumit rol și pe o perioadă determinată. Noi alegem rostul și timpul lor. Dar sunt oameni cu care poți merge până la capătul pământului. Simt că mă simți. Ne dorim un

lucru. Îl avem, dar nu îl putem atinge. Întâmplările din viață ne fac să fim mai realiști. Cred că îți voi atinge sufletul într-o bună zi. Mi-ar fi plăcut să te cunosc în toate modurile, în toate fricile, în tot întunericul, în lumină și ploaie. Ești un dar, o minune, o rugă fierbinte în brațele unei mame cu buzele tremurânde, un vis din visul cuiva. Privesc în ochi și zăresc limpezimea trecutului. Să fie!

Mai crezi în povești?

*Ce a fost, a fost.
Ce este, este. Ce va fi, va fi.*

Plouă cu vorbe mărunte... Oamenii nu sunt afectați de ceea ce li se întâmplă, ci de cum înțeleg ei ceea ce li se întâmplă. Niciodată nu renunți la ce nu ai avut: Sau la ceva de care te-ai bucurat dar încă ai mai vrea să te bucuri. Purtăm viii și morții în noi și le dăm putere. Sunt persoane care te înțeleg dintr-o singură privire și persoane care nici după mii de cuvinte nu ar fi în stare să o facă. Omul, în complexitatea sa, este compus din plus și minus, din soare și nori. Nu putem lua de la celălalt doar ceea ce ne face comozi. Iubirea implică TOT, altfel nu mai e iubire...

„Cobori” adesea în beciul interior al ființei pentru a scoate la lumină ceea ce ești. La cea mai mică adiere de vânt te clatini doar sau te prăbușești? Uneori mori de mai multe ori în aceeași clipă. Sunt momente în viață când nu există niciun cuvânt dulce pentru alinarea durerii. Pot doar să fiu lângă tine, să plângem împreună... Dumnezeu nu te caută după locul în care ești, ci după strigătul inimii. În altarul sufletului se tratează durerile. Hristos nu se îngreșează de noi niciodată. Hristos nu este contabilul vieții noastre, ci prietenul de pe Cale.

Iubirea adevărată te prinde deodată. Și nu știi de ce sau pentru ce. Te ia pe nepusă masă. Iubirea pură apare atunci când nu te aștepți. Dragostea nu se programează. Nu există garanții în nimic. Orice se poate defecta. Unele se mai repară, altele nu. Și le înlocuim sau renunțăm definitiv la acele lucruri. Gunoiul unora, comoara altora. Nici să le lași, nici să le ții. Mai durează o zi și vom vedea ce va mai fi.

Sunt greșeli care se plătesc în exterior și unele care se consumă pe interior toată viața, în tăcere și plâns lăuntric. Discret. Cerul pe timp de furtună vrea să ne repare. Suntem pentru ceilalți ceea ce acel „fiecare” este înăuntrul lui. Construiesc cu iubire și culeg orice bucățică de inimă îndoită sau ruptă de cei care nu au învățat să prețuiască sensul.

Chiar dacă pereții duri ai sufletelor celor care au construit fortărețe în jur sunt reci, e nevoie în continuare de iubire. Orice zid are crăpătura sa prin care poate crește iarbă sau prin care se poate trage cu ochiul înăuntru. Într-o zi umbra va dispărea. Și ultima oară va deveni prima oară. O croială pe măsura sufletului tău te așteaptă.

Există dublură la cheia inimii? Iubirea nu uită niciodată...

Bună dimineața, sentiment voios!

Dacă...

Oamenii se schimbă, clipă de clipă. Așteptările de la ceilalți ne istovesc liniștea.

Bine ar fi să înțelegem că sunt oameni care nu vor sau nu știu să ofere. Nici gând, nici cuvânt, nici emoție. Ești liber, doar că nu îți dai voie. Încă te mai gândești că e un șiret desfăcut și dorești să-l legi. Și rămâi în lanț, în bucla proprie. Dar sunt pantofi care nu au nevoie de șiret. Sau poate că e o perioadă când mergi desculț. Renunță la tot ce a fost și fii atent la ce va fi. Te ghemuiești pe covor în fața celuiilalt sau la ușa lui. Acolo unde au curs lacrimi a început viața. Nu e târziu în tine. Iubirea adevărată nu poate fi controlată. Iubești și atât. Din greșeli se învață, nu din teorii. Insistăm și ștergem când e negru sau gri până se face alb. Pe interior sau pe exterior. Ne privim și înțelegem ce avem nevoie, fără cuvinte.

Te arunci în focul sacru al vieții, te ridici peste fumul tăciunilor arși în lecțiile tale. Cum ai reușit să treci peste ziua de astăzi vei trece și peste ziua de mâine. Redescoperă valorile. Găsește sensul vieții, restul sunt detalii. Suntem pelerini prin lumea aceasta în drum spre cetatea eternă. Invitație la calm, la igiena gândurilor, la încredere în Dumnezeu, Cel care poartă

de grijă tuturor. Trăiește în prezent. Timp, aplecare, suport. Ia-le din cutie și din soluțiile celorlalți. Decupează soluțiile potrivite sufletului tău, creionate pe harta experiențelor tale.

Dragostea crește din dragoste, nu din spatele întors. Uneori un „prea devreme” poate strica totul. La fel și un „prea târziu” poate hrăni un orgoliu. Ai răbdare să te maturizezi. Iar când primești lecția nu te necăji. Vei înțelege mai târziu mesajul. Lasă să treacă. Învață și mergi mai departe. Viața este frumoasă, dacă privești din unghiul potrivit. Nu există o rețetă a fericirii. Fericirea ta e un zâmbet, a ei e o floare, a lui o strângere de mână, a mea un cuvânt și tot așa. Emoția e aceeași, veșmântul e diferit. Astăzi ce-ai făcut pentru tine, pentru sufletul tău? Drumurile tale duc și spre Hristos? Dumnezeu pune în traistă, dar e nevoie să o ținem și noi deschisă.

Viața mea este întâlnirea dintre barca pe care o navighez și oceanul vieții. Dezamăgirea și amărăciunea nu ne copleșesc. Eșecul doare, dar nu e un factor paralizant care să te facă să nu poți merge mai departe. Greșeala este un ocol temporar, nu o fundătură. Este profesor, nu gropar. Este întârziere, nu înfrângere. Lacrimile duc cu ele durerile departe de suferință. Unii plâng mai târziu, alții plâng mai devreme. Dar oricum ar fi, toți plângem. Toate visele au prețul lor. Cursul vieții, lung, tumultuos, colorat

poartă cu el scrisoarea iubirii. Iubire de copil în inimă de bărbat sau de femeie. Până în ultima zi vei simți parfumul...

Bucuria omului e omul. Uneori oamenii te vor în lacrimi pentru ca, privind la ale tale, ale lor să pară mai ușoare. Dar mulți uită că zâmbetul de astăzi poartă în spate lacrima de ieri... Acolo unde au curs lacrimi, a izvorât viața.

Succes la examenele de la școala vieții! Viața fiecăruia este o rugăciune...

Toate momentele vieții sunt unice. Momente importante care te-au pus la încercare. Momente care te-au făcut cine ești. Momente în care viața îți trece prin fața ochilor. Niciodată nu poți ști ce îți rezervă viitorul. Nici măcar o secundă. Iar când știi, deja se schimbă. Dacă ceva se murdărește, altceva se spală. Dacă ceva dispare, altceva apare. Dacă ceva scade, altceva crește. Dacă ceva moare, altceva învie...

Ne naștem ca să nu mai murim. Omule, numele tău înseamnă iubire! Ai credință! Radiază! Bucură-te! Zâmbește! Întreabă iubirea și îți va spune ce să faci. Trăiește liber în minte și în inimă alături de Doamne! Nu vei regreta. Sunetul a avut un timp când nu a fost, dar liniștea există dintotdeauna...

Fă Rai din ce ai!

Cândva nu vom mai avea nevoie de cuvinte. Limbajul sufletului se înțelege peste tot în natură. Suntem ceea ce gândim (sănătoși, bolnavi, fericiți, nefericiți). Gândurile sunt coroană de spini sau de flori pe capul fiecăruia. Ele descarcă o anumită chimie în corp. Orice emoție negativă blochează celulele sistemului imunitar și ne lasă organismul fără apărare pentru câteva ore sau chiar ani. Stresul este moartea celulei. E drept că unele celule nervoase se refac printr-o gândire constructivă, optimistă, dar e nevoie de muncă personală. Orice boală trebuie tratată cu înțelegere, compasiune și nu cu revoltă, deoarece unele suferințe le primim ca lecții, iar altele au cauze spirituale (egoism, invidie, răzbunare, stres, frică etc.).

Fără Dumnezeu nu există bucurie autentică, iar prezența Lui se simte la tot pasul. De la sufletele care ne apar în Calea ce-o avem de parcurs, până la natura care mângâie simțurile într-o doxologie nemărginită. Cea mai mare minune este să iubești toți oamenii. Și nu putem împărtăși celuilalt ceea ce nu suntem încă. Cred că nu ne lipsesc informațiile, ci experiențele. Viața nu este o formulă matematică general valabilă, ci trăire în Duh și în Adevăr.

În esența lor toate lucrurile din lume sunt bune, întrebuințarea este uneori greșită. Tot ce există este bun și orice cădere scoate la lumină ceva folositor. Creștinismul și din păcat scoate virtute. Când iertăm, nu doar sufletul nostru se simte ușurat, ci mai ales sufletul celui pe care îl iertăm. Întoarce-te în tine de oriunde ai fi și primește-te, iartă-te. Viața se trăiește, nu se caută, nu se învață. Trăiește adevărul, bucuria și iubirea. Ele se află acolo unde ești. Liniștea nu este într-un loc, ci într-un mod de a fi. Sunt două zile în care nu mai putem face nimic: ieri și mâine. Prezentul este timpul mântuirii. Amânarea înseamnă niciodată. Un om valorează atât cât iubește. Restul e poveste.

Verbul meu este în inimă și pulverizează iubire spre voi. E nevoie să înțelegem că nu am fost creați de Dumnezeu ca să suferim, ci ca să ne întâlnim cu El într-o poveste de iubire. Unică. În ochii tăi este soare când iubești. Iar ca să ajungi la fericire nu ai nevoie de hartă, ci de prezență, de tine.

Descoperă sau redescoperă iubirea Tatălui Ceresc! Să ai grijă de sufletul tău!

Să vorbim despre frumos!

Natura pictează pentru noi. Ziua bună se cunoaște după zâmbetul de dimineață. Fiecare zi este un dar, o binecuvântare pentru a întâlni oameni cu experiențe noi, pentru a înfăptui lucruri minunate, pentru a simți și trăi frumosul. Orice zi, loc, moment, ființă contează. Este important ce va fi, nu ce a fost! Idei, fapte, strigăte, doruri, vise, toate se transformă. Indiferent ce, când, cum.

Dorim concordia între oameni. Buna dispoziție și umorul ne fac să mai ieșim din supărările de orice fel. Ne vorbim, dar nu ne simțim. Diferite experiențe de diferite facturi. Florile zâmbesc chiar și în întuneric. Stârnim furtuni și apoi ne supărăm că plouă. Viața ne învață să ne asumăm alegerile de orice fel. Avem sau nu proprietatea cuvintelor când le gândim sau le rostim? Sunt vii sau ofilite? Curaj sau rușine? „Poate”, „dacă”, „trebuie”, sunt cuvinte încărcate de frică. Frica ucide iubirea, alungă liniștea, naște dezastre. Vorbele pline de vorbe nu ating inimile... Aroma cuvintelor poartă parfumul inimii sau mirosul minții. Scrisul este condamnarea la nemurire, iar uneori poezia devine rugăciunea inimii. Simt, simți, simțim.

Amintirile sunt popasuri binecuvântate pentru veșnicie. Gândurile, rugăciunile, inima, brațele, sentimentele, privirile calde ale unei ființe sunt cele mai frumoase locuri din lumea aceasta. Natura lea și gingășia oamenilor sunt date de sufletele lor. Numai iubirea îl apropie pe om de Dumnezeu. Măsura iubirii oferă calitatea, pofta vieții. Icoana propune un dialog interior al inimilor. Icoana din inima ta contemplă icoana din inima mea. Ne sărutăm icoanele sufletelor unul altuia și lăcrimăm pentru minunea, pentru fericirea de a fi. Pace întru netrecătoare pomenire!

Îți ascunzi sufletul printre flori. Nu te mai căuta departe. Ești foarte aproape. Îndemn la simplitate. Unele lucruri nu se explică. Tăcere... Cerul nu minte. Bucurie sfântă în lumina din inimi!

Și cum mai e la tine-n suflet?

*În iubire, „Nu” se transformă
în „Da”*

Ce caută aproapele în viața ta? Plătești amendă pentru inima de gheață. Și apoi primești în palmă o lacrimă pe care nu știi unde să o așezi. Vremuri fără haine și umbrele. Dacă nu te amăgești, nu ai cum să te dezamăgești. Indiferent de ce ți se întâmplă poți merge mai departe. Vindecă rănilor pe care ți le-a săpat viața și pe care le-ai pricinuit vieții. Observă cu inima, nu cu citate și modele din cărți. Adulmecă adierea gândurilor. Clipa... Noaptea din privire se face zi. Uplete inima cu o firimitură din zâmbetul celui alt. Raiul nu este o excursie la care să visezi și de unde te vei întoarce să povestești vrute și nevrute. Raiul e o stare care începe aici, acum. Se iartă din plin și se așază gând senin. Promite-ți că vei iubi și vei ierta. Ziua de mâine e un loc mult mai fericit. Jumătatea poate fi și un sfert. Și nu mai căuta doar ca să bifezi ceea ce ai găsit. Lasă să curgă, să fie. Ești răsărit și apus. Ce ar mai fi de spus?

Nu cumva ai tot ce-ți trebuie în tine ca să fii fericit? Îmbrățișezi o comoară. Dragostea se naște acolo unde se termină cuvântul rostit. Chiar dacă nu știi să

pui un cuvânt la locul lui, gustă din izul care te caută.
Să iubești și să ai grijă de sufletul tău, om frumos!
Cândva vei zâmbi dintr-o poză de album...

În rugăciune poți iubi pe oricine, oricând, oricât
de mult. Toate orele, toate zilele le topesc doar în
palma Ta, Doamne... Un înger nu poate vorbi de rău
alt înger. Inima se desface ca un crin și miroase a
Dragoste. Suflete, te las să zbori și îți dau motive să te
întorci. Fiecare, prin sufletul celuilalt, zboară spre
Lumină.

Judecata din oglindă

Ascult în ultimul timp fel de fel de povești de viață. Mai bine lucruri mici făcute din dragoste, decât lucruri mari făcute din interes. Avem nevoie de o singură picătură... Fiecare om poartă o comoară în suflet ce merită să fie descoperită. Fiecare om are cel puțin un răsărit în viață. Mister, taină, profunzime. Călătoria inimii...

Avem cu toții puncte sensibile de-a lungul timpului. Neînțelegerile unei camaraderii nu ar trebui să ne îndese într-o scorbură interioară. Momentul ne ține pe loc. Idealizăm ceea ce nu există. Fiecare om pe care îl întâlnești duce o luptă despre care poate nu știi nimic. Fii binevoitor cu toți, mereu! Mă primești în spațiul tău să... tac?

Judecă după ce ai plâns plânsul celuilalt, după ce te-a durut durerea lui, după ce i-ai muncit munca, după ce ai căzut căderile lui, după ce i-ai ridicat greutățile, după ce i-ai trăit dorul, după ce i-ai gustat setea, după ce i-ai văzut vederea, după ce i-ai gândit gândul celuilalt, după ce i-ai pipăit atingerea, după ce i-ai mirosit mirosul, după ce i-ai auzit auzul, abia după ce... Eventual judecă după ce ai parcurs traseul celuilalt. Nu ai fost acolo. Nu ai văzut. Nu ai simțit. Nu

ai auzit. Crezi că știi, dar faci ipoteze. Cine îți dă dreptul să judeci, să răstignești și apoi să îngropi cu pietre? Cine e fără de păcat și bun de pus pe perete? Cu cât judeci pe cineva mai mult, cu atât îl iubești mai puțin, cu atât te prețuiești tot mai infim.

Nu ai obosit să încerci să-i faci doar imaginii pe plac, să rămâi „agățat” doar de nemulțumiri? Dă-ți voie să te descoperi, să alegi, să îți asumi, să zbori, să cazi și să te ridici. Nu poți schimba realitatea celuilalt, dar o poți înțelege. Vezi bine că selectăm anumite evenimente din viață pe care le exagerăm, apoi le cimentăm în minte și creăm o identitate. Noi suntem influențați de martori, care sunt influențați la rândul lor de alți martori. Poți alege orice moment dorești în care te-ai simțit confortabil cu tine și cu cei din jur. Vor mai apărea momente cu „problemă” în viață, dar nu trebuie să te îmbraci cu acea haină pe care acum ai lăsat-o deoparte. Ai înțeles că trecutul poate fi interpretat diferit și depinde de noi care dintre povești le reținem, căror oameni le dăm putere, înțelegem puterea vocilor din spate și realitatea altuia. Dacă nu mai sunt victimă, nici celălalt nu mai este călău. Omul poate construi orice poveste, depinde cât va crede în ea. Poți fi orice îți dorești.

Apasă butonul încrederii. Credința înseamnă să faci primul pas, chiar dacă nu vezi toată scara. Ai tot ce trebuie în tine. Poți tinde către orice, ai o mulțime de calități, de pasiuni și crede cu tărie în puterile tale.

Ne uităm în trecut fără să judecăm, fără să ne blocăm într-o poveste. Să luăm putere din lumină, nu din întuneric! Există mereu atitudini și viziuni alternative la orice poveste de viață. Curaj!

Nu fântâna era prea adâncă, ci cumpăna ei era prea scurtă.

Cele mai simple lucruri sunt minuni

Niciodată nu ai să vezi un lup căruia să-i pese de părerea oilor. Chiar dacă cineva face o gaură în tine prin care poți vedea îngerași plângând, viața înseamnă să găsești mereu soluții în orice situație... Toți oamenii au o rană vindecată sau una încă deschisă și ar vrea să dea timpul înapoi. Sufletul se liniștește când se inundă în dragostea lui Hristos și se predă voii Lui. El ne caută clipă de clipă. Chiar și atunci când trupul vieții noastre îi bate cuie. Iubirea este o stradă cu două sensuri. Iubirea spală, iubirea naște, iubirea sărută creația. Liniștea Lui șoptește totul... Spune îngerilor despre norii ascunși la spate.

A-l asculta pe celălalt este un act de iubire. Cuvintele goale au tot mai puține motive să rămână în noi. Clopotele cerului cheamă Adevărul în oameni. Călătorie în jurul inimii și metanie la întâlnirea cu Dumnezeu. Ne întâlnim în iubire. Vorbești cu sufletul, vorbești cu nemurirea. Cine privește spre exterior visează, cine privește în interior se trezește.

La școala vieții nu se dau diplome. Promovarea este pecetluită cu fericirea, iar corigența cu nefericirea. Se dau restanțe până se iau note de trecere la toate examenele. Fiecare clipă pe care o trăim reprezintă

șansa de a schimba totul în viața noastră. Rușinea și critica nu schimbă niciodată o persoană. Lumea are nevoie de dragoste.

Orice om are o poveste. Dacă ar sta cineva să te asculte ar scrie o carte sau poate ar face un film la care unii ar plânge, alții ar râde. Învățăm să privim spre cruce, spre Hristos, spre Înviere. Adorm mestecând cele trei cuvinte... Această clipă nu se mai întoarce niciodată!

Mângâierea, atingerea sufletului

*„Trebuie” nu emoționează. „Trebuie” îți dă senzația
sclaviei, te face să nu vrei să înaintezi.”*
(arhimandritul Emilianos Simonopetritul)

Pielea se întinde pe 2.000 de centimetri pătrați și este îmbogățită cu peste 1.500.000 de receptori senzoriali. Pielea este sensibilă. Mângâierile, îmbrățișările, masajul nu au doar impact erotic, ci mai ales psihic, emoțional. Numeroase experimente au demonstrat că, dacă nu sunt atinse, animalele nu se pot dezvolta normal. De asemenea s-a putut observa în maternități, orfelinate, spitale, indiferent că vorbim despre copii sau adulți, că oamenii nu se pot bucura de o bună stare de sănătate și de un echilibru psihic dacă nu sunt atinși cu dragoste. Atingerea nu numai că decontractează mușchii, dar are efecte antidepresive, deoarece hipotalamusul secretă endorfine. Este liniștitoare, relaxantă, rupe singurătatea. Acolo se produce un transfer care decantează. Omul se întoarce către sine, se adună, începe să se asculte. Cântă și râde. Idei ușoare, idei fericite îi străbat interiorul.

Felul în care privești pe cineva, zâmbetul tău, măruntele gesturi de atenție pot aduce fericire.

De multe ori avem de învățat de la copiii noștri. Acum ceva vreme, un tată și-a certat fetița de șase ani pentru că a stricat o rolă întreagă de hârtie aurie pentru împachetat cadouri. Nu prea aveau bani și s-a înfuriat când copila a încercat să decoreze o cutie pe care să o pună sub bradul de Crăciun. Chiar și așa, micuța i-a dat cadoul tatălui ei dimineața următoare și i-a zis:

- E pentru tine, tati!

El s-a simțit rușinat pentru reacția pe care a avut-o, dar s-a supărat din nou când a văzut că pachetul e gol. A tipat la ea:

- Nu știi că atunci când faci un cadou trebuie să fie ceva în el? Cât de puțin, dar să fie!

Fetița l-a privit cu lacrimi în ochi și i-a zis:

- Tati nu este gol, eu am pus acolo mulți pupici numai pentru tine!

Tatăl s-a simțit rușinat. A luat-o în brațe pe fetița lui și a rugat-o să-l ierte. Acel tată a păstrat cutia aceea aurită lângă patul lui, mulți ani. Când se simțea descurajat și mai ales când fetița lui nu a mai fost, scotea câte o sărutare din cutie și își amintea de dragostea cu care copila lui le pusese acolo.

Așadar să-i înțelegem pe copii și să avem răbdare cu ei. Ei au ceva important să ne spună prin gesturile și cuvintele lor.

Liniste xgomotoasă

Când viața îți oferă lămâi prepară o limonadă. Să aștepti pe cineva să te facă fericit e cea mai bună metodă de a fi nefericit. Dacă stă în puterea ta să faci pe cineva fericit, fă-o. Lumea are nevoie de oameni fericiți! Fericirea se strecoară printr-o ușă pe care, fără să știi, ai lăsat-o deschisă. Nu știm nimic despre ziua de mâine; e important să fim buni și împăcați cu noi și cu cei din jur astăzi. Anotimpurile vin și se duc. Omul nu știe că nu vrea averi, vrea pace și iubire. Dospește și crește la căldură. Caut în miezul ființei talentul de a fi simplu.

Nu te grăbi, nu-ți face griji. Ești aici doar pentru o scurtă vizită. Așa că oprește-te și miroase florile. Acordă-ți un moment de liniște și ai să înțelegi cât de zăpăcit ai fost că te-ai agitat în zadar. Învăță să taci și ai să constăți că ai vorbit prea mult. Doar atunci când mintea a învățat să tacă, bucuria și frumusețea își află locul. Zâmbește mai des și înfurie-te mai rar. Oprește-te zilnic în fața unui lucru destul de atractiv încât să spui: „Ce frumos este”! Și contemplă bucuria momentului. Solitudine.

Redu viteza și gustă viața! Ea trece și se petrece. Natura e ca un coș plin cu fructe, întinde doar mâna și

culege zilnic câte unul și savurează-l cu toate simțurile. Râsul este muzica sufletului...

Dacă în inima mea este pace, în lume este pace. Minune nu este să zbori prin aer sau să mergi pe apă, ci să lași urme cu folos pe pământ. Îți doresc bucuria de a lăsa trecutul în urmă și de a găsi noi începuturi. Orice zi este o zi bună!

Stai acasă, inimă, și odihnește-te... Sunt singur cu bătăile inimii mele.

Life is life...

Unii oameni sunt bombe cu ceas. Modul în care explodează arată războiul din ei, teritoriile pierdute și cele câștigate. Cei răi nu se odihnesc. Au roluri de jucat cu multe emoții și nu se plictisesc. Poate că e obositor pentru ei. Oamenii luptă cu singurătatea și găsesc afecțiune unde te-ai aștepta mai puțin. E modul lor de a simți că aparțin cuiva. Toți cei care nu i-ar mai fi rănit pe urmă sunt cei care îi fac să se simtă speciali. Goluri sunt peste tot, depinde de noi cum le umplem. Rolul vieții tale... Totul este legat de alegeri. Bune și rele. Mici și mari. Demnitate, curaj, putere.

Viața te prinde din urmă. Sau moartea. Gata cu durerea, rămâne pacea. Acolo unde e inima ta se află

și căminul tău. Fiecare face ce poate mai bine. Lacrimile mele sunt lacrimile tale.

Cine e perfect? În viață, este bine ca unele uși să rămână închise pentru totdeauna...

Un poet persan povestește că un câine, care murea de sete după ce rătăcise mult timp prin deșert, a ajuns până la urmă în fața unei ape. S-a aplecat să-și potolească setea, dar, văzându-și în apă propria imagine, a crezut că era un alt câine, care păzea locul, oprindu-l să bea. Câinele însetat s-a culcat gâfâind lângă râu și a așteptat. Puțin mai târziu, s-a apropiat din nou, s-a aplecat prudent și a privit: celălalt câine era tot acolo. Câinele s-a tras înapoi și, chinuit de sete, s-a culcat din nou. Scena s-a repetat de câteva ori. Într-un sfârșit, aflat la capătul puterilor și răzbit de sete, s-a aruncat în apă, gata să se lupte cu celălalt patruped. În apă, spre marea lui surpriză, n-a găsit niciun câine. S-a zbenguit, și-a potolit în voie setea. Apa i s-a părut delicioasă. După o vreme, a ieșit din râu. Înainte de a porni la drum, s-a mai uitat o dată în apă. Celălalt câine era din nou acolo și se uita la el. Așadar, cunoaște-te pe tine însuși cât mai bine pentru a nu-ți fi propriul dușman.

Cuvintele nu pot spune niciodată tot ce s-a întâmplat cu adevărat în viață. Cu mine, cu tine. Sunetul acela nu poate fi descris în cuvinte... Și uneori se oprește. Mărunțișurile vieții îl fac să se stingă. Și lăncezim amar în rutină.

Mai avem timp?

Ne uităm la ceas și parcă nu mai avem timp. Un minut, o clipă nu dăruim. Nici măcar nouă, darmite celorlalți. Tu vii, eu plec prin timp. Nu se întâmplă nimic dacă mai stai. Viața nu se caută în vis. Ceasurile își pierd strălucirea când te uiți la mecanismul de sub capac. Uneori te surprinzi în oglindă fără să te recunoști. Și atunci știi că te vei căuta... Văd lucrurile așa cum sunt, nu cum ar trebui să fie.

Cu cine te împarți? Câte clipe ai cu tine? Momentele acelea unice în care ești doar tu cu tine. În care timpul se oprește în loc și te așteaptă să găsești liniștea. Și inspiri, închizi ochii și totul parcă are altă dimensiune. Gândurile curg unul câte unul. Bătăile orelor, atingerea clipelor. Finețe. Cuvinte înghițite, cuvinte răsturnate, cuvinte spuse... Pe șantierul vieții spatele cară materiale de lucru. Organe-pereche, suflete-pereche. Terorism emoțional sau mental. Cartiere străine. Terenuri minate. Meteorologii vremii interioare anunță prognoze bune. Cea mai evidentă mișcare este arareori și cea mai înțeleaptă.

Așează-te în fața lui Dumnezeu și nu mai pune întrebări. Tăcere din tăcere. Drumul spre tine e sfânt.

Nu uita cine ești! Zâmbește și uită greul de pe umeri.
Fii un om cu inimă mare!
Te cunosc de undeva...

Traversând râul vieții

În ultimul timp am ascultat fel de fel de povești dramatice. Moartea și viața nu se invită, ci se impun. Viața este minunată și uneori ea se retrage de lângă cei dragi în vârful picioarelor. În grădina sufletului îndoliat florile cresc, dar nu au parfum.

Oamenii care sunt lângă tine în cele mai negre nopți ale tale, sunt cei care merită să petreacă alături de tine cele mai luminoase zile.

Asta e viața. Se poate întâmpla atât de repede? Tocmai s-a întâmplat. Toate poeziile care nu vor mai fi scrise, toate cântecele care nu vor mai fi cântate, toate dansurile care nu vor mai fi dansate, toate mâinile care nu vor mai fi atinse, toate glasurile care nu vor mai fi ascultate, toate... toate... Timpul este ca un râu. Toți ceilalți ne așteaptă deja pe malul celălalt.

E greu să mai crezi în ceva zilele astea. Plângi și plângi până rămâi fără de lacrimi. Și apoi plângi iar. Și iar... Poți forța soarele să răsară?

Doamne, ajută-ne ca, înainte de a ne întoarce în pământ, să ne întoarcem la Tine!

*Când obolesc îmi odihnesc obrazul
pe infinit...*

București. Cimitirul Bellu. Aleea Artiștilor. Tatiana Stepa, Anda Călugăreanu, Laura Stoica, Florian Pittiș, Amza Pellea, Ioan Luchian Mihalea, Adrian Pinteă, Gheorghe Dinică, Maria Tănase, Ion Dolănescu, Anca Parghel, Ernest Maftei, Cornel Fugaru și mulți alți dragi... Artiștii sunt cei mai orgolioși dar și cei mai frumoși oameni, care ne fac să uităm de nebunia lumii și să evadăm din cușca de lei. Și câtă bucurie dăruiesc celor din jurul lor atunci când se exprimă, în timp ce ei sunt adesea descurajați și poate nefericiți. Strâng în suflet un ocean de dor, de prețuire, de rugăciune pentru oamenii care au lăsat pe papyrusul vieții stropi de lumină din sufletele lor frumoase. Niciodată nu am putut să le spun unora dintre ei ce simt, doar luna știe în tăcerea ei chemarea mea. Zi de zi, timpul meu sărută timpul lor. Noi artiștii, scriitorii, ne simțim într-un fel unic... Și nu putem uita!

E greu să cedăm ce credeam că e al nostru. Nu suntem nici proprietatea, nici proprietarul nimănui. Oare ce fac oamenii de reușim să ne deschidem în fața lor, ca apoi să regretăm că s-au sărit pagini din volum? Ori că s-a citit pe diagonală. Tânjim după

oameni care nu dau doi lei pe noi și întoarcem spatele la alții care își dau cămașa de pe ei pentru noi. Și pleacă și ne sfărâmăm în bucăți căutând iar sensul... Cresc aripile și lumina din ochi. Mâna care mă va primi se găsește în taina privirii și mă va păstra ca pe un dar. Când îmi va fi foarte dor, voi privi cerul. Sau cerul din mine...

Doi bătrâni singurei merg și mângâie cu palma lor sfântă mâinile reci de pe crucile artiștilor și le încălzesc cu lacrimi. Alte două suflete fumează la căpătâiul unui mormânt certând pământul mut. Muncitorii gravează în depărtare litere și monumente pentru veșnicie. Agentul de pază pășește vrednic printre alei... Soare blând de septembrie. Căsuța de veci e groapa. Bogatul și săracul, artistul și țăranul. Mic și mare rupt de cer. În văzduh e o liniște aparentă. Am ales nemărginirea...

Cimitirul *Eroii Revoluției din 1989*. Miroase a sânge amestecat cu lacrimi. Cald, aburind. Din morminte, sărută tălpile tuturor celor care gustă libertatea neștiind prețul, jertfa. „Nu vă vom uita niciodată!” scrie peste tot pe marmura albă. Mai sunt și alte cuvinte pline cu spini ce sfâșie inima de durere. Elevi, copii, mame, tați, studenți, vise... Flori și tricolor.

Cine e mai puternică? Lumea din jurul meu sau lumea din mine? Viața este un labirint. Viața nu este

un film pe care să-l revezi ori de câte ori vrei. Așa că bucură-te de fiecare clipă!

Am întrebat de curând un copil:

- Ce vrei să te faci când vei fi mare?

Și mi-a răspuns:

- Părinte, încă nu s-a inventat meseria de Înger...

A fost un vis, o văpaie? Sunt tot eu, în a mea odaie...

Durerea, o potecă pe calea Schimbării

Dacă am putea citi în priviri nu am mai putea respira. Toate tainele omului se găsesc în durere. Când sufletul încetează să iubească, se prăbușește în hău. Un om poate iubi de cel puțin atâtea ori cât spune că nu mai poate iubi. Iubirea niciodată nu se sfârșește, ci se transformă. Ești așa cum te văd ochii mei. Poate că în ochii tăi se vede altfel. Însă când ochii mei sărută ochii tăi, aceștia privesc spre cer. Și niciodată nu mai ating pământul. Fericirea nu este o valoare care poate fi măsurată de specialiști. Nu este nimic care să nu se rezolve cu timpul. Mă mut în întrebare sau în răspuns?

Și aerul e plin de vaporii de apă, dar cine vrea să-și potolească setea trebuie să meargă la fântână. Nu te poți întâlni cu Hristos fără ca acest lucru să nu lase urme. În creație nu există repetiții: doi fulgi la fel, doi copaci la fel, doi oameni la fel. Ninge cu suflete pe lângă noi. Și nu aș vrea să se topească, ci albul lor imaculat să mă cuprindă și să-mi îmbrățișeze privirea. Ard pentru ceilalți. Și ieri, și astăzi, și mâine...

Listă cu ce voi face, nu cu ce nu voi face. Problemele nu se mătură și se ascund sub covor, iar discuțiile nu se amână. Fiecare dintre noi avem o

misiune pe pământ și nimeni nu este prea mic sau prea slab ca să schimbe ceva. Este complicat să fii simplu astăzi!

Legea lui Dumnezeu nu este o lege a dreptății, ci o lege a iubirii. Nu există întuneric pe care lumina să nu-l poată învinge. E nevoie doar de puțină lumină pentru a ține întunericul la distanță. Zi de zi dăruim celorlalți din lumina noastră. Un scaun nu poate deveni masă peste noapte. Un scaun e un scaun. Biciuiești calul în timpul cursei, nu după ce se termină. Fiecare are rostul său. Toate conțin și lumină și întuneric. Îndrăgostirea dă sens vieții. Libertatea are un preț. Ai încredere în cine caută adevărul, nu în cine spune că l-a găsit...

Uneori viața face scăderi. Alteori adunări. Poate fi istoric sau banal. Când unele elemente interacționează, reacția dintre ele poate fi ireversibilă. Între ele e mai mult decât atracție. Inima știe ceva ce noi pur și simplu nu știm. Inima este imprevizibilă. Poate ajunge oriunde. Frica și iubirea sunt cele mai puternice emoții. În esență nu sunt foarte diferite. Amândouă te pot stârni să faci nebunii... Același drum, vehicule diferite...

Eu nu mă mai întreb de unde vine dorul. Îmi pun sufletul meu peste al tău ca să-ți țină de cald atunci când noaptea îți intră în inimă și apare un hău imens între tine și lume. Dorință sau necesitate?

Inimă...

*„În mine se mai vorbește și astăzi despre tine...”
(Lucian Blaga)*

Cine nu are emoții, nici nu le merită. Șterg cerdacul de cuvinte. Fir de busuioc la intrarea în suflet. Oamenii sunt fragili, dar vor să pară stânci. Inimă, nu mai bate atât de tare acum! Nu îmi sparge pieptul răvășit! Eu știu când e timpul de iubit și te rog să taci acum. Nu te mai grăbi, vom pleca pe același drum. Ai puțină răbdare! Amândoi iubim. Tu și eu. Inimă, nu vreau să ne certăm, abia ne-am împăcat. Împotriva vânturilor și mareelor interioare tu încă rezisti. Inimă, te invit la dans. Când ai plecat, balada mi-a dat de veste. Hai, ridică-te și nu te mai alinta...

Oftez și tac. Mi-e dor și mai sper că ne vom revedea!... Mă alungă și mă cheamă. Ne întâlnim din întâmplare și privirea mă lasă fără glas. Cine va face primul pas? Cine te-a trimis la mine? Povești la foc de tabără. Să ai un vis cuminte și să înțelegi fără cuvinte.

Cine controlează cealaltă jumătate a inimii tale? Fiecare întrebare la care răspunzi naște o nouă întrebare. Chitara nu tace ca să nu plângă inima. Mi-a amintit de prieteni dragi, de singurătate, de clipe uitate.

Dacă tu crezi în dragoste, atunci noaptea poate fi lumină. Iubirea este un sfetnic bun. În suflet este lună plină și poți să râzi, să crezi. Nu mai coborî beznă acolo. Tu ești un fir de izvor. Scriu pe cerul tău minunat. Curgi ca un dor. Nu se găsește fericire la tarabele din piață . Pentru ce te superi? Prietenia este o legătură sacră bazată pe încredere. Jurămintele nu se aruncă pe geam. Vei vedea în infinit. Inima mea are doar intrări, nu și ieșiri. Cine a intrat în inima mea nu mai poate ieși de acolo.

Îngerii sunt aproape și mă pot auzi. Urmele pașilor lor se lipesc pe sufletele noastre. Ele nu au morminte precum trupurile. Sufletele nu au morminte. Ce minune! Ele sunt pretutindeni pe aripi de veșnicie. Pentru fiecare om există cel puțin un miracol mare într-un an. Îngerii vin, ne vizitează, dar noi nu îi recunoaștem decât după ce au plecat.

Suntem îngeri unii pentru alții. Zilnic. Știu că nu există tristețe pe pământul inimii noastre pe care Doamne să nu o poată vindeca. Îngerul meu se numește iubire.

Fiecare sărut transmite un mesaj. Acesta era de adio...

*Adevărul care doare sau
minciuna care vindecă?*

Cu toții avem o misiune pe pământ. Experiența și viața fiecăruia schimbă alte vieți. Aceeași mărime nu se potrivește tuturor. Fiecare are o Cale pentru descoperirea Adevărului. Nu mai uit privirea la ceasul de pe perete. Nu mai privesc la orizont, ci în fața mea. Aici și Acum. Am murit și m-am descoperit pe mine însumi. Haina pare frumoasă, dar numai eu știu cum mă simt în ea.

Nu am dat greș. Pur și simplu am descoperit alte idei care nu funcționează. Uneori adevărul ne vorbește dintr-un loc liniștit. Alteori din zgomot.

M-am pierdut în mine... Căutând, căutându-mă...

Uneori sufletul devine atât de lăcrimos, ca un burete ud. Alteori atinge frumos și sublim visele aurite. Viața este o minune! Zi de zi se întâmplă ceva magic. Ating notele inimii...

Sufletul îmi șoptește la ureche istorisiri. Doar cel care a cunoscut întunericul va ști să aprecieze lumina. Să râzi atât de tare încât și durerea să zâmbească la tine! Să te bucuri de fiecare moment al vieții chiar și

atunci când lacrimile îți împung ochii să le dai voie să curgă.

Ascunde-mă în Tine și nimeni nu va ști unde sunt. Ascunde-mă în visul tău și acolo voi învăța că tăcerea este cel mai puternic strigăt. Pentru că răspunsul unei întrebări se află în întrebare.

Nu se poate trăi pe lumea asta fără iubire. Nimic fără ea nu rezistă. Vreau să fiu un bulgăre de bucurie.

Ziua de ieri ne pregătește pentru cea de astăzi. Nu contează ce vei avea în bagajul vieții, ci cum și cât vei folosi de acolo. Mai ales că nu poți îndruma pe cineva să meargă acolo unde nu ai fost tu mai întâi.

Caut drumul pe care am fost cândva sau trasez unul nou. Am învățat că oamenii nu se mai întorc din drumul lor și dacă se mai întorc, nu mai sunt la fel.

Iubirea este singura Cale ca Dumnezeu să vină și să rămână printre noi. Oamenii se vând zilnic. În fața altora sau în oglindă. Ei se rup în bucăți pentru că vor să fie găsiți și asamblați de altcineva. Și apoi se ascund prin alte suflete. Ce pompează inima? Dor, durere, invidie, iertare? Ce a mai rămas din noi? Ce crezi despre tine, despre viață, despre Dumnezeu? Care îți sunt credințele, fricile? Bucuriile, durerile? Care e cel mai trist moment din viața ta? Dar cel mai frumos? Unde ești tu acolo? Ce simți? Acum nu cumva ești deasupra tuturor evenimentelor? Cum se vede de sus? De ce când ești jos toate acestea mai au putere asupra ta?

Sângele este mai gros decât apa... Oamenii nu își cunosc limitele. Viața, drumurile, loviturile, oamenii te pot îndepărta de tine. Modul în care oamenii intră în sufletul nostru contribuie la formarea noastră ca oameni. Oamenii sadici se mutilează sufletește când cer dovezi și răspunsuri. Soarele iubește totul la fel. Nu alege pe cine să încălzească. Cuprinde totul și nu-l poate opri nimeni.

Duhul Sfânt se manifestă în toate. Dumnezeu vrea ca omul să fie liber. Când ai totul, de fapt nu mai ai nimic. Oamenilor le este dor de ei înșiși. Am învățat să le dăruiesc oamenilor visul uitat prin gara vieții sau în piața minții. Suflete, mereu mă voi întoarce la tine...

În ochii tăi nu mai e vară, ci toamnă

Atunci când timpul îmi permite, caut râuri, clipocit de apă. Sunt fascinat de muzica apei când atinge pietrele într-un fel aparte. Înpumată, neliniștită, grăbită și tihnită în același timp. Am senzația că alunec odată cu ea. Atât de suavă! În preajma apei mă odihnesc. Apă de munte, în special. Cu cât curge mai multă apă, cu atât pietrele devin mai fine, mai rotunde, mai calde.

M-am așezat pe o piatră înaltă, înconjurat de pietre. Mici, mari. De toate formele, care mai de care mai ispititoare ochiului și minții. Paletă de alb și gri. Și verdele de pe marginea apei. A plouat și apa e tulbure. Rece. E prea târziu și prea devreme pentru lacrimi.

Liniște, ochi închiși... Cine ești tu?!

Plânsul inimii este mai puternic decât plânsul firesc. O slăbiciune poate reprezenta o sursă de mari bogății. Ele ne dau aripi pentru a ne apropia de cer, de Dumnezeu. Acolo este o putere, care, pusă la treabă, poate deveni folositoare. Să lucreze pentru noi, nu împotriva noastră. Punem atât prafuri de leac, cât și otrăvuri în dar și otrăvuri în flacoanele din farmacia interioară, pentru a fi folosite la nevoie. Nu ne certăm cu întunericul pentru a nu fi distruși, ci îl cunoaștem în

taina sa și îi învățăm meșteșugul pentru a ști ce avem de făcut.

Fiecare om este legat de celălalt într-o armonie desăvârșită. O întreagă faună mișună în noi. Am stat laolaltă în Grădina Edenului și parcă am împrumutat organic din stările celorlalți. Totul trăiește în om. Animalele interioare se cer a fi îmblânzite pentru a sluji omului. Omul este un rezumat al creației, un microcosmos, o lume mică, o reflexie a universului, a macrocosmosului. Cununa creației, omul, este complet. Nu numai oamenii păstrează arhive, ci și natura. Cei mai mari dușmani nu se află în exteriorul, ci în interiorul nostru. Pietrele vor să devină plante, plantele vor să fie animale. Animalele vor să devină oameni. Oamenii vor să devină îngeri, îngerii arhangheli sau alte entități cerești. Fiecare tinde să se depășească într-o formă sau alta. Viața alternează: contracție și dilatare, mare și mic, noapte și zi, frig și cald etc.

Șarpele trupului se trezește la căldură (alcool, priviri, parfum, muzică) și mușcă pe cel care l-a trezit. Dar și porumbelul trupului este în noi. Putem învinge un instinct cu ajutorul altui instinct. Apăsând pe butoane potrivite. Frica este ca un câine care latră. Dacă fugi de el cheamă alți câini și adună o haită. Ne întoarcem spre câine și îi spunem să tacă sau ne împrietenim cu el. Când ne este teamă de ceva facem

ca acele condiții să se întâmple. Când iubirea dispare
se inventează actele, regulile, contractele.

Cât timp i-a trebuit mării să modeleze stâncile!


Filă de jurnal...

„ – Copile, nu îți este frică de moarte?
- Nu, părinte. Pentru că după aceea mă transform în
înger și am grijă de oameni...”

De câteva zile ocolesc acest caiet unde mă învârt în jurul răspunsului la întrebarea nepusă... Astăzi am învățat să ating oamenii fără să țin seama de miros. Astăzi am învățat să nu plâng în fața durerii sau să plâng doar împreună cu acea lacrimă. Astăzi am învățat să nu mor.

Când oamenii sunt supărați, inimile lor se îndepărtează. Pentru a acoperi această distanță țipă unii la alții. Ei cred că așa se fac auziți. Când se iubesc, inimile lor se apropie și își vorbesc în șoaptă adeseori. Pentru că distanța dintre ei a devenit mică. Apoi ajung să se înțeleagă din priviri. Dacă distanța e prea mare, ajung să nu mai găsească drumul de întoarcere. Și se rănesc, se rup în bucăți. Se ascund apoi în sufletele sau mințile altora...

Cine minte, cine e gol, cine e plin? Oamenii mai lovesc cu sufletele amanetate, cărțile încă mai mângâie în tăcere. Agitație și zgomot pentru nimic. Oamenii se plâng, plâng pe alții și iar se plâng pe ei.



Prea puțini mai mulțumesc. Care e rostul plânsului neplâns? Sau nu mai pot iubi din pricina tăcerii cu care își acoperă oasele reci. Și nu mai e nimic de făcut acolo unde cuvintele nu mai încap.

Fugim de gânduri. Unii comunică prin cuvinte, alții prin tăceri și mulți prin urletul durerii. Ce ne spunem când nu folosim cuvinte? Bucuria și durerea sunt substanțele care au hrănit sufletul, făcând omul mare. Omul lipsește din frumusețea răpitoare a clipei. E anesteziat, plângând mut sărutul furat al visului. Ochii grei se joacă și astăzi cu focul din tine...

Fiecare instrument din sufletul meu cântă ceva. Sau tace. Frunzele șoptesc și astăzi despre mine, despre tine. Și apoi tac sfârșindu-se în iubire. Am sărutat poemul. Întâi cu o adiere de dor și apoi cu o lacrimă de bucurie... Și cad frunze din mine spre cer...

Omul care nu aude căderea lacrimii unui alt om este sărac lipit...

Culorile inimii

Fiecare dintre noi cântă partea lui la un instrument în această simfonie a vieții. Problemele apar atunci când vrem să interpretăm partitura altuia. Viața pe care o trăim este rugăciunea pe care o oferim lui Dumnezeu. Cu toții suntem învăluiți, clipă de clipă, de dragostea divină. Experiența și viața fiecăruia schimbă alte vieți. Misiune. Între noi nu există diferențe decât cele din mintea noastră. Problema devine problemă în funcție de tălmăcirea pe care o dă mintea mea. Nimeni nu este inferior altcuiva, oricine ar fi el. Suntem taine din marea Taină...

Omule, nu mai privi printre gene, toți norii care vin de unde se aud tunete și unde iau foc fulgere sunt trecători. Gândurile și emoțiile sunt efemere. Orice om este o icoană și reprezintă un dar pentru ceilalți. Nimănui nu-i trece prin cap să critice o culoare a curcubeului: verde e bun, albastru e păcătos, roșu e rușinos, galben e mândru. Toate sunt nuanțe ale iubirii. Când ai renunțat să te împotrivești, viața te cuprinde în brațe. Ce frumos se vede Dumnezeu prin tine!

Iartă-mi, Doamne, lacrima rămasă în colțul inimii!
Cine sunt eu fără Tine?

Totul începe și se termină cu „Te iubesc”!

Când se lasă seară, te așezi pe lacrimile tale. Ziua nu poți sta în casă. Amintirile te apasă. E un suflet lipsă. E al tău? Inima și mintea ta sunt la tine sau la altcineva? Cine te lasă afară în secunda ce ne desparte? Cine te aude când strigi? Buze umede de cer...

Sufletul ia foc. Intră și nu mai lovi cu pumnii în pereții inimii tale! Cine te-a rupt în bucăți și nu reușești să găsești ultima piesă? Cine ți-a întristat zâmbetul și ți-a lăsat un spațiu gol? Ataci sau fugi? Când vrei să stai? Ai atâtea să îți spui...

Frunză ruginită cu glasul tău acoperă visul meu. Îți este frică de întâmplare, de zăpada de pe buze? Cine a plecat din joc, cine a rămas? Cine a pierdut, cine a câștigat? Zboară peste sângele meu. Și astăzi, și mâine. Dialogul între minte și inimă. Cine ți-a întristat zâmbetul? Ce ai cerut de la viață și nu ți-a dat? Sentimentul de iubire e mai puternic decât orice nevoie de foame, sete, viață sau moarte. Unde ești, unde sunt? Aceasta este viața mea, jurnalele mele, umbrele mele...Eu. Tu?

*Dacă vreodată voi avea nevoie de tine,
pot să te chem?*

*„Poporul român ține mereu mila în sân, sub cămașă,
în dreptul inimii.” (Dan Puric)*

Oamenii își dau porecle, se insultă prin cuvinte sau gânduri, își detestă munca, nu le place casa în care locuiesc, mașina sau tramvaiul și tot așa. Listă fără de sfârșit... Sunt secătuiți de energie. O căutare sterilă, în care mintea condamnă mereu și se hrănește din asta. Nu mai juca jocul regretelor! Ai putea fi fericit în permanență. Cea care te împiedică să o faci este mintea, îmbrăcată cu o haină negativă, pesimistă. „Nu pot, nu știu, nu am”. Un automatism al lipsurilor de care îți amintește în permanență, făcându-te să te simți prost și împiedicându-te să te bucuri de ceea ce ai deja. Te torturează zi și noapte. Mintea devine pentru unii tiran, călău sau abuzator.

Duhul Sfânt îți ghidează pașii pretutindeni. Ai trecut din mâl în apă limpede. Iubirea și moartea sunt împreună. Caută sensul. Ai observat unde te lovește rutina. Te deschizi pe interior atunci când ești izbit. Îți ești dușman și prieten. Ce te atrage? Spatele sau fața

din celălalt? Eu nu caut omul fără sare. Pune pe mama și tata să stea la locul lor, iar tu trăiește propria ta poveste de viață. Viața vine în fiecare an cu bucuria și durerea ei.

Alungați iarna din sufletele voastre! Gerul și viscolul din inimile noastre fac să rămânem înzăpeziți unul de altul. Utilajul iubirii vrea să dezăpezească, doar că nu are aprobarea minții care are nevoie să însemne ceva. Sau să-i fie plătite datoriile... Putem oricând să o luăm de la capăt. Iar și iar. Ori de câte ori este nevoie.

Doamne pudrează cu zahăr peste lume. Probabil suntem sărați, acri, fără gust și zăpada ne îndulcește. Și pe noi, și pământul. Cine nu zboară se răstoarnă. ..

Când deschizi o fereastră spre viitor, nu uita să închizi ușa spre trecut, altfel vântul îți suflă prezentul.

- Pământule, știi că vreau să-mi cer iertare?
spuse cerul lăcrimând...

Esti bine cu tine?

„- Unde îți este compasiunea?
- Undeva unde tu nu ai acces la ea...”

Pe lângă adicțiile bine cunoscute, am descoperit forme subtile de dependență afectivă: dependența de acordul sau de părerea cuiva, de a primi complimente sau recunoaștere, de prezența altor persoane, de atenție, de a te simți util, de a fi condus sau dominat de cineva, de fericirea celorlalți. Știi să faci diferența dintre emoție și fapt? Ce arde în tine?

Izvorul curge pe lângă tine și tu mori de sete pentru că nu crezi că poți bea apă de acolo. Trebuie să îți spună cineva că ești bun, frumos, deștept, puternic sau îți poți spune chiar tu? Dacă cineva vorbește rău despre tine, ajungi să crezi, să închei contracte emoționale. Cum orice regulă este încălcată mai devreme sau mai târziu, la fel se întâmplă și cu contractele de orice fel. Nimic nu este perfect. Pe vise nu se pune praful. Îți este milă de tine? Plimbă-te prin inimă...

De ce taci? Tu știi că pe celălalt îl doare liniștea ta? Tu nu auzi când te strigă privirea lui sau a ei? De ce nu auzi nimic? Ai gloanțe în cuvinte și săbii în

tăceri. Neiubirea de sine te părăsește adeseori și nu mai ești bine nici tu cu tine. Și nu vrei să te ridici de la podea... În nonsensul vieții tu trebuie să-ți găsești sensul. Pășim spre veșnicie și ne ținem de mână... Ce a rămas din noi? Poți face furtună și într-un pahar cu apă. Trupul tău a devenit sicriu? Prețul s-a plătit demult...

În viață este nevoie de scop, de țintă. Iubim calm, liniștit sau cu patimă? Momentul tău de grație începe atunci când cobori în tine însuți. Și lumina are întunericul ei. Cel mai bun moment de a planta un stejar a fost acum 40 de ani. Cel de-al doilea moment potrivit este astăzi. Ești prizonierul trecutului sau arhitectul viitorului? Ce faci acum va mai conta peste 10-20 de ani? Prioritățile aduc înțelepciune.

Dacă tu ai fi în exterior, observator al tău, ai vrea să fii prietenul tău? Îți place ce vezi? Dacă ai avea 30 de secunde să spui ceva lumii întregi, ce ai spune? Dacă astăzi ar fi ultima zi din viața ta, cum ai trăi-o? Și dacă mâine nu mai vine? Ce ai face sau ce nu ai face? Mai ai flăcări în privire? Ești fericit(ă)? Cine luminează în întunericul din tine?

Tu te-ai iertat? De ce te pedepsești? De ce te judeci atât de aspru? De ce te biciuiești pe interior? Corpul tău spune că îl doare și te îmbolnăvești și tu nu vrei să simți, să vezi, să te trezești. Toți pentru unul și unul pentru toți, spun organele tale. Și tu încă o dată, și încă o dată te mai cerți, te mai învinovățești, te mai

condamni la tristețe. Cauți victime și vinovați... Dar tu de ce nu te oprești și să stai față în față cu tine? Aveți atâtea să vă spuneți, nu doar să vă fugăriți.

Când sunt morții, morți? Dar viii, vii? Dacă ne-am mărturisit greșelile sau păcatele suntem la fel. Dar uneori un câine care mușcă, rămâne un câine care mușcă. Iar adeseori el mușcă o dată și pleacă, dar un om mușcă de mai multe ori și în același loc. Și rana rămâne acolo... Ai îndoieli? Unii ucid bunătatea în numele virtuții. Îți privesc ochii și îți cunosc filosofia. Bunătatea.

Să ne conectăm unii cu alții după ce ne-am conectat noi cu noi înșine! În inima mea zumzăie furnalul fabricii de vise. Și tu mai poți visa! Ești contemporan cu tine însuși? Ai pretenții existențiale de la tine însuși? Acolo unde începe armata se termină logica.

Oamenii caută remedii fără să fie bolnavi. Cel mai uscat deșert este cel din sufletul tău. Un strop de ceară picurată din lumânare pentru cei care nu mai vin înapoi. Tot ce este mai bun urmează să se întâmple.

Mulțumesc pentru tot ce mi-a dat, pentru tot ce mi-a luat și pentru tot ce mi-a lăsat! M-am îndrăgostit de Om! Școala Bisericii este o școală a iubirii și a iertării necondiționate!

Sunt oriunde și pe nicăieri...

*„Cel mai frumos și mai convingător discurs
despre dragoste este îmbrățișarea!”
(Pr. Dumitru Stăniloae)*

Am temeri și visuri deopotrivă. Nu îmi este frică să dispar. Prezent sau absent din drumul tău știu că poți să pleci și să vii din tine. Viața te compromite. Te murdărește și te curăță de tine. E compromisul tău între obrăznicie și nevinovăție. Știi să cureți otrava din vârful săgeții?

Am fost topit după atâtea ploi. Am avut o viață zbuciumată. Nu din iad, ci de sub iad. Nu mulți au fost acolo. O viață fără durere nu te poate face un terapeut eficient. Poți avea multe competențe, multe cartoane, dar dacă nu ai darul, vocația potrivită, se simte că nu ai tot ce trebuie. Acum știu să cobor cu oricine în iadul său interior și să iasă de acolo ori de câte ori este nevoie, pentru a aerisi toate camerele interioare. Am atâta iubire de oferit încât zilnic îmi simt sufletul ca un nod în gât, de parcă ar vrea să iasă prin lume. Sunt oriunde și pe nicăieri. Am învățat să o iau de la capăt, iar și iar. Mai ales când este vorba despre un suflet geamăn. E cel mai bun examen. Trezirea provocată de o explozie interioară are un risc ridicat, dar merită

fiecare secundă de după. Din durere se compune toată muzica, toată poezia. Adaptabilitate. Doar dacă mă iubești, mă vei face puternic!

Și tu vei înțelege mai târziu cântecul creat cu sânge, lacrimi și cuvinte... Să ai grijă de ea așa cum și eu aveam: de inima mea, căci acum e a ta. Pe tine te regăsesc în mine. Te aud venind în noaptea din mine și te caut cu privirea. E lacrima mea într-un ocean. Când voi pleca, doar pe tine te iau cu mine.

În fiecare zi îmi scriu povestea. Unde îți este gândul, acolo îți șade și sufletul. Astăzi am împlinit un anotimp... Te salvez de mine, fiindcă te iubesc! Mentea noastră este un diamant care se cere șlefuit. Zi de zi. Cu curaj și bucurie!

Un înțelept vorbea publicului și la un moment dat a spus o glumă. Oamenii au râs cu poftă. După câteva minute, vorbitorul a spus din nou aceeași glumă. De această dată mai puțini oameni au râs. După alte câteva minute, înțeleptul a repetat aceeași glumă. De această dată nu a mai râs nimeni. Unii dintre oameni au zâmbit ușor, în timp ce mulți dintre ei priveau mirați și alții au început să se foiască, confuzi de ceea ce se petrecea. Înțeleptul a rămas nemișcat și a privit auditoriul până când s-au liniștit și nu se mai auzea nicio șoaptă din sală. Atunci le-a spus:

- Vă este clar că nu puteți râde mereu și mereu la aceeași glumă. Dar vă este clar de ce puteți plânge mereu și mereu pentru același lucru?

Despre animale

Unde începe divorțul dintre latura umană și cea animală? În fiecare animal există sentimentul de maternitate. În orice ființă care își linge puiul există o mamă.

Prin câine sau pisică se poate ajunge la sufletul omului. Un copil care empatizează cu un animal va fi bun cu toți oamenii. Prietenia dintre un animal și un om este o compatibilitate cu o latură adiacentă. Animalul moare pentru tine cu cea mai mare mulțumire. Nu stă la masă cu tine cu gândul că te mănâncă. Fuzionează cu omul, stăpânul lui și îl slujește cu devotament desăvârșit. Sunt fascinant de acel exemplu în care o găină a stat ascunsă împreună cu un om în timpul războiului și a învățat să nu facă zgomot și să supraviețuiască alături de om, ajutându-se și motivându-se unul pe altul...

Câinele, pisica sunt adevărați terapeuți. Îndrăzniți!

Ai îndoieli?

- Nu vreau să aud răul!
- De ce?
- Pentru că am să-l cred.

Fiecare are în viață un drum, cu urcușurile și coborâșurile sale. Te împinge un vânt care te poartă înapoi și-ncolo. Mereu plătim câte un preț. Toți avem de urcat un munte în viață. Și lumea te împinge pe stradă și se împiedică de tine.

Suntem ființe umane cu o experiență spirituală sau ființe spirituale cu o experiență umană?

Micile victorii le generează pe cele mari. Mai multe pânze de păianjen la un loc pot lega o fiară. Imaginile frumoase salvează sufletul tulburat. Privește spre frumos! Cum îți hrănești corpul, așa îți hrănești și mintea. Mintea este o grădină care trebuie îngrijită zilnic. Putem planta acolo flori sau pot crește buruieni, de la sine. Dar este nevoie de hrană vie (interacțiune cu soarele, aerul, apa și solul). Împrăștii doar firimituri de dragoste pentru că mai mult nu te înduri. Ecou pe un coridor gol...

Singurele limite ale vieții sunt cele pe care ți le stabilești singur. Anatomia fricii este extrem de complexă.

Cine ești tu cu adevărat? Oamenii fac portrete din cioburi... și adeseori se taie la mâini cu bucăți din ei.

Românul are inima muncită și lasă urme frumoase pe unde trece. Oricât de greu i-ar fi, mereu cade în picioare, precum o pisică...

Să ai sufletul harnic, române! Ești o minune, bucură-te!



În mine sunt plin de tine...

În palma care oferă trandafiri rămâne întotdeauna un picur de parfum.

În ochii care au plâns rămâne strop lumină.

În mâinile care au atins rămâne căldură.

În urechile care au auzit rămâne viață. Sau liniște.

În inima care a trăit rămâne iubire.

În suspinul care a cutremurat odaia rămâne văpaia.

În foaia scrisă și udă rămâne dorința.

În rugăciune rămâne nemurirea.

În semn rămâne polaritatea.

În greu rămâne ușorul.

În pumnul din piept rămâne maidanezul.

În sărutul icoanei rămâne îndoiala. Sau credința.

În apă și pământ rămâne duhul.

În noaptea ființei rămâne ziua mea.

În mine se mai aud și astăzi pașii tăi...

Ascultă, Privește, Atinge!

*„Dacă n-am mai ști să scriem, am putea să vorbim.
Dacă n-am mai ști să vorbim, am privi. Dacă n-am mai vedea,
am auzi. Dacă nici de auzit nu am mai auzi, ne-am atinge.
Ne-am porni unii spre alții, căutându-ne prin întuneric, plini de
speranță, sfâșiați de teribila nevoie de a fi împreună.”
(Savatie Baștovoi)*

Cu toții avem fel de fel de frici. Mai mici sau mai mari. Trădăm și mințim, pășind pe drumuri care nu sunt ale noastre. Suferim și provocăm suferințe. Punem alifii sau oțet și sare pe răni. Facem alte răni sau le deschidem pe cele vechi, care începeau să se cicatrizeze ușor. Sau să se vindece. Curge durerea prin toată ființa și adeseori pierdem speranța schimbării, a vindecării. Credem în necredințele celorlalți și dăm greș. Zicem Da, când am fi vrut să zicem Nu. Lovim încercând să arătăm de ce suntem capabili. Ajutați de îngeri sau de demoni obținem succese și gustăm din preludiul vieții, așteptând urmările. Ne amestecăm sângele cu al prietenilor pe câmpurile de luptă ale gratitudinii. Uităm și ne aducem aminte iar de inimă, de minte, de noi. Luăm doze de nebunie pentru a atrage atenții și ne aruncăm în fluviul

pasiunilor savurând bucuria negăsită. Ne pierdem și ne găsim în clipă și în veșnicie.

Viața înseamnă inspirație și experiență. Ne pierdem vremea în explicații sau în somn. Puternici sau slabi, intrăm în luptă prea devreme, visând la cheia victoriei. Independenți, singuri, privim în oglinda apelor căutând virtuți. Suferim pentru persoane care nu sunt la adâncimea sau înălțimea dragostei noastre. Așteptăm momente prielnice pentru schimbarea vremii și așezarea seminței în pământ. Anumite momente se repetă pentru a învăța lecțiile neînvățate.

Vrednici sau nevrednici, așteptând binecuvântări ori minuni. Noți albe sau noți negre ne înveselesc trupul atins de lumini și umbre în arșița sau ploaia zilei. Inima vorbește și mintea tace...

Aplecăm urechea la provocări expunând virtuți sau neputințe. Încrezători sau descurajați, dificultățile apar la tot pasul cerându-și drepturile. Te poți plânge tot timpul sau te poți bucura din orice. Poți atinge sau poți fugi. Asculți ce vrei sau nu ascuți deloc. Privești, dar nu te vezi în celălalt. Viața face din orice prost un învățat. Nu ai cartoane la școlile vremii, dar le-ai dobândit pe cele de la școala vieții și stau agățate în inimă, printre cicatrici.

Începi de toate, dar mergi până la capăt? Cine sau ce te oprește să-ți urmezi decizia? Nu ei, ci tu. Reia totul de la început cu mai multă înțelepciune. Rămâi în durere sau în rugăciune? Cumpăna din tine

cine o ține? Curgi printre oameni ca apa printre pietre.
Amănunte sau un întreg. Astăzi ajuți sau condamni?

Când ești mic, vrei să fii mare. Când ești tânăr,
nu ai răbdare... Orice om, oricât de rău ar fi, are în el o
floare ce poate opri timpul...

*Cel mai mare păcat
este să stingi soarele ființei!*

„Suntem ceea ce iubim.” (Nichita Stănescu)

Fiecare are un loc în suflet unde fuge când îi este dor, frig, frică sau simte nevoia de iubire necondiționată. În sufletul meu poți intra fără parolă și cred că și la tine este la fel.

Stiloul meu are lacrimi și zâmbete. Uneori suspină, alteori aleargă prin mine, prin tine... Nu toată viața dulciurile sau jucăriile te vor împăca. Va trebui să te vindeci singur. Să îți ștergi singur lacrimile și să îți rezolvi singur problemele. Într-o zi obișnuită, un simplu telefon poate schimba totul, așa cum o întâlnire poate schimba viața cuiva... Am fost pe acolo și cunosc gustul. Cel mai duios este zâmbetul după lacrimi. E atât de pur, de curat... Cad lacrimi din stilou, și picură în suflet. Am scuturat milenii din mine. Iar și iar...

Personal, iubirea și iertarea mi-au schimbat viața. Iubirea nu are nevoie să fie protejată de nimeni și de nimic. Ea este răspunsul la orice întrebare. Atunci când pui iubire în toate și în toți, nimic nu este imposibil. Vorbim de iubire, dar nu putem ierta. Măinile, buzele, ochii așteaptă...

Lucrurile există sau încetează să mai existe în funcție de iubirea ce o revărsăm asupra lor. Noi suntem ceea ce suntem datorită iubirii. Ea dă sens tuturor lucrurilor. Mulți visează la iubire, vorbesc despre iubire, dar distrug iubirea...

Picături calde ți se preling pe față. Atunci devii tată, mamă, sau iubești cum nu ai mai iubit vreodată. Miracolele apar acolo unde există iubire! Nu fi o corabie care se îneacă la mal!

Lăsăm toate trăirile noastre în mâinile lui Dumnezeu?

„Poți fugi de ceilalți, dar nu și de tine însuși.” (Seneca)

Suntem experți în a da sfaturi altora, dar nu reușim să ne ridicăm pe noi. Cuvântul pentru tine este cuvântul pentru mine. Când ajungi să accepți o stare, ea devine mai ușor de dus.

Cine mai stă să caute prin coșul de gunoi pentru a recupera resturile alimentare de ieri și a prepara cina de astăzi? De ce să caut resturi mentale și emoționale de ieri pentru a crea experiențe noi și curate de mâine?

Viața este frumoasă! Avem nevoie de obiceiuri bune, optimiste, curate. Viața devine ușoară, plăcută și mulțumitoare, dacă nu devenim robi și cavaleri ai morții interioare. Mașinuța roșie zăcea aruncată printre celelalte jucării, doar pentru că era roșie și nu albastră, ca și cum nu ar fi existat. Lui Bogdan nu îi păsa de ea. Dar când a venit Sebastian și a cerut-o, Bogdan a început să plângă, să țipe și să ceară înapoi mașinuța roșie care era a lui. De ce? Din invidie, pentru că celălalt se bucura de ea? Din gelozie, pentru că mașinuța era a lui? Din egoism, pentru că vroia ca

mașinuța să fie doar a lui, deși nu îi plăcea de ea?
Oare de ce?

Vorbește cu plăcere despre calitățile celorlalți și nu îți mai alimenta invidia. *Ajută-te singur și te voi ajuta*, zice Dumnezeu.

În timpul unei slujbe, porni pe neașteptate o furtună. Un fulger lovi clopotnița și făcu să se zguduie zidurile bisericii, care era plină de oameni. Preotul, ușor speriat, se adresă credincioșilor:

- Întrerupem puțin slujba. Să ne rugăm!



Confunxi bătălia cu gălăgia?

Merită să îți faci griji? Sub orice cenușă de necazuri mai sunt câțiva cărbuni aprinși care încă pâlpâie. Pune hârtia credinței, surcelele nădejdi și suflă puțină dragoste, iar flacăra vieții și a bucuriei se reaprinde. Totul poate avea un nou început. Un băț de chibrit aprinde o pădure întreagă, la fel cum o scânteie de iubire poate schimba complet o viață. Ajunge o atingere, o privire, un cuvânt și viața poate renaște din cenușă.

Nu stinge feștila, ci ascultă glasul vieții. În copaci, în păsări, în tăcere. Mugurele renaște din ramura tăiată, iar frunzele moarte hrănesc noi plante. Natura ne povestește că viața biruiește moartea. Multe nenorociri nici nu se întâmplă, dar noi suferim din toate.

Fiecare își pictează propriul tablou al vieții, își scrie propriul roman, își compune propria melodie, își joacă propria piesă de teatru. Cum putem face lumea mai bună? Faptele frumoase nu fac zgomot, ci mișcă inimi. Culoarea surâsului, vorba bună, gesturile de afecțiune și atenție: prin ele devenim nemuritori. Doar când ajungem la fundul prăpăstiei ne putem lua avânt ca să ne ridicăm din nou la suprafață.

Loviturile, tăieturile, durerea, sunt cele care ne maturizează. Ele ne schimbă. Dumnezeu ne vrea fericiți, iar noi căutăm fericirea acolo unde nu este. Ea este mereu în noi, acolo unde ne aflăm, nu când o să am, când o să fie, când o să fac... voi fi fericit. Oferi adăpost neliniștii și o inviți în inima ta? Faptele noastre oglindesc ceea ce suntem. Toți avem puncte tari și puncte slabe, însă viața nu e un pendul care urmează doar extremele. Nu există diferențe radicale.

Durerea durează în corp 30 de secunde, restul timpului sunt gândurile noastre care îmbracă durerea în haine groase și o fac să transpire în noi, paralizându-ne sau congelându-ne. Cine sau ce ne dezgheată?

La tine în buzunar se află visul și jocul copilului interior care reușește să evadeze și să supraviețuiască în orice condiții. Iartă-te pe tine însuși. Eliberează-te de trecut. Rușinea și vinovăția apăsătoare sunt morminte văruite. Nu îți sunt necesare. Prea mult te-ai biciuit pe interior și ai rămas la podea. Hai, sus! Țopăie și fă giumbușlucuri și nu uita să râzi din toată inima. Copilul din tine are nevoie de spațiu, de recunoaștere, de libertate, de... tine. Creșterea spirituală nu depinde de celălalt. Asumă-ți responsabilități. Primește și oferă iubire, compasiune și înțelegere. Oamenii din jur oglindesc ceea ce tu crezi că meriți. Schimbarea gândurilor schimbă

situația, realitatea. Toată lumea așteaptă de la celălalt ceva ce acesta nu poate oferi. Nu trebuie să pleci nicăieri în căutarea iubirii. Uplete-te de iubire și fă din ea un mod de viață.

Cineva spunea că rugăciunea este atunci când spui ceva frumos despre om.

Cântecul Iubirii Mele

Vreau să te iubesc fără să te sufoc,
să te apreciez fără să te judec,
să-mi unesc viața cu a ta fără să te înrobesc,
să te invit fără să ridic pretenții,
să te las fără să mă simt vinovată,
să te critic fără să te rănesc
și să te ajut fără să mă umilesc.
Dacă îmi poți oferi același lucru,
atunci vom putea cu adevărat să ne întâlnim
și să ne facem unul celuilalt viața mai bogată.
(Virginia Satir)

Toți oamenii pot iubi. Poți să o cauți, să o recunoști, să o accepți, să o dezvolti și să o consolidezi. Capacitatea de a iubi se construiește toată viața. Învăță să iubești. Dă sens existenței și iubirii. Complexele de inferioritate și vinovăție nu au loc în iubire. Ele produc nevroze (neîncredere în sine, fobii, mâнии, comportament violent, tendințe de sinucidere, temeri, neliniști, stări depresive, pierderea identității, personalitate sadică, inhibare). Organizare, reorganizare, restructurare. Imitarea, dorința de a plăcea, dispariția, dorința de a avea mereu dreptate, posesie absolută, dorința de a fi mai frumoși, gelozia,

invidia, competiția, timiditatea, sunt situații emoționale toxice. Fără iubire, omul nu poate exista sănătos. Bârfitorul este un om fără speranță. Suspiciunea și neîncrederea dezbină.

La persoana iubită ne place totul. Ticurile, imperfecțiunile. Acel gest, acea privire, acea buză dansând în zâmbet, acel miros unic, acel ton, acea aluniță, acea şuviță de păr, acel rid plin de emoții, acel detaliu pe care nimeni altcineva nu are ochi să îl observe. Toate fac ca acea persoană să fie iubită, specială, irezistibilă. Cu tine învăț să iubesc. Celălalt te vede mai frumos decât ești și te face centrul universului. Inimii îi place să fie alintată. Nici soarele nu poate lumina fără să facă umbră...

O prietenie frumoasă, o căsnicie caldă nu atârână, nu domină, nu îl împovărează pe celălalt și nu creează dependențe. Nimeni nu depinde de nimeni. Fenomenul bonsai: adulții-copii. Noi suntem responsabili pentru succesul sau eșecul vieții noastre. Dacă numeri din câte foi e făcută plăcinta, te sature înainte să o guști.

Iubirea nu este rănită de îndoială, de griji. Nu posedă pe nimeni. Este foc, nu scânteie și se alimentează mereu. Nemuritoare este iubirea. Iubirea fortifică realitatea, o consolidează și oferă autonomie. În iubire nu există dependență, obsesie. Iubirea este generoasă, recunoaște limitele și are la bază rațiunea răbdătoare. Iubirea nu poate fi niciodată superficială.

Iubirea nu te golește pe dinăuntru, ci umple și oferă forță. Iubirea devine puternică prin dialog, respect și înțelegere. Cea mai mare teamă este aceea de a te lăsa iubit. Nu ai nevoie de pregătire și nici de un moment special ca să primești iubire. Iubirea nu așteaptă nimic în schimb. Ea nu este un contract. Ți-am dat, îmi dai. Ți-am făcut, îmi faci. Ți-am spus, îmi spui. Este o stare firească, naturală, fără atașamente bolnăvicioase. Iubirea înseamnă acceptare. Și a ta și a celor din jur. Toate ființele caută iubirea...

Nu legea ne va mântui sau elibera, ci iubirea. Ferice de acel suflet care L-a întâlnit pe Hristos și i-a dăruit viața din iubire, nu din teamă. El este alături mereu, așa cum un tată își poartă copilul în brațe. Când iubești nu mai ai dușmani și nimic nu îți mai poate face rău. Orice mamă ar putea fi mama ta, orice tată ar fi putut fi tatăl tău. La fel și orice om, rudă sau prieten. Aproape sau departe sunt doar detalii ale minții. Când emani iubire este imposibil să nu fii iubit de cei care pot iubi. Cei care iubesc nu pot face rău. Apa pe care o aruncă o fântână arteziană se întoarce la ea. Fiți apa iubirii și a iertării. Este magic!

Lucrurile cu adevărat importante în viață sunt cele care ne fac ochii să strălucească, gura să surâdă și inima să zboare. Dragostea cere o ucenicie pe care să o acceptăm în fiecare zi. Uneori ajunge o clipă

pentru a clipi. Când mintea tace, inima cântă... Numai
ce iese din inimă merge la inimă. Ce iese din minte,
merge la minte.

Cântecul tăcerii mele

*„Omul înțelept nu spune tot ce gândește,
dar gândește tot ce spune.” (Aristotel)*

Într-o odaie mică putem aduce o întreagă lume. Pădure sau plajă, zarvă sau liniște. Orice om are o muzică interioară: cântece de leagăn, altele gălăgioase sau orchestre impresionante. În singurătate, melodia sună într-un fel diferit, numai al tău, dar când oamenii se întâlnesc fiecare dorește ca melodia lui să se audă mai tare... Și situația se complică. Toate au farmecul lor, dar puțini ascultă de dirijor. Mă antrenez să ascult dincolo de cuvinte, cu răbdare și calm.

Oamenii echilibrați acum au trecut prin încercări și au suferit mult. La școala vieții, ce te învață alții intră pe o ureche, iese pe cealaltă. Dar când experimentezi tu se adună în spate, în portbagajul cu experiențe trăite.

Tăcerea este o mină de aur. Minteă îmi pune piedică, inima mă judecă, pe obraz curge o lacrimă... Cuvinte, nu mai am cuvinte. Plăci tectonice deplasate emoțional, iar după cutremur fiecare își găsește locul său.

Toți avem momente de frică, doar că unii suntem mai pricepuți decât alții să le ascundem sub măști. Dar mai devreme sau mai târziu ele vor cădea, cu sau fără

voia noastră și ne vom invita frica la o cafea: draga mea, povestește-mi despre tine, despre noi.

Frica este o închisoare și vede întotdeauna lucrurile mai rele decât sunt în realitate. Ea nu ține de simțuri, ci de mintea noastră. Așa cum o monedă are două fețe, la fel și emoțiile și faptele noastre pot avea două sau mai multe aspecte. Depinde de mine cum îmi dirijez mintea să vadă o latură sau alta. Dacă lăsăm mintea să se concentreze pe un singur lucru, munca devine interesantă.

Vocea lui Dumnezeu nu condamnă și nu înfricoșează niciodată, ci binecuvântează pe toată lumea. Frica - absența iubirii - este o credință care poate fi schimbată. Tu nu ești ceea ce gândești că ești. Nu ai nevoie nici să te bați cu urzici, nici de pâine și apă și nici de mii de metanii pentru izbăvire. Fiecare are dreptate pentru că fiecare are adevărul lui experimentat.

Ca să ajungă la perle, scufundătorul trebuie să fie dispus să meargă în adâncurile mării și să viziteze locuri pe care sufletele temătoare nu le vor vizita niciodată. Toți avem nevoie de un antrenor care să ne instruiască, să ne încurajeze și să ne susțină pe Cale. Alegerile noastre fie ne limitează, fie ne eliberează.

Într-un final va fi bine. Dacă nu e bine, înseamnă că sfârșitul nu-i aici. Răbdare!

Viața cetății

Este atât de frumos la tine în suflet!

Fiecare fereastră de la un bloc ascunde o poveste de viață. Dacă pereții ar putea șopti... Privesc la luminile aprinse. Câte suspine sunt acolo! Câte lacrimi plânse sau neplânse! Câte dureri urlate sau înghițite! Câte visuri spuse sau nespuse! Minuni, boli, moarte sau viață. Câte încercări, ispite, necazuri, singurătăți! Câtă deznădeje sau lipsuri! Bătrâni cu păianjeni la ușa nedeschisă de nimeni. Văduve nesărutate. Orfani nemângăiați. Soții cu lacrimi șterse pe furiș, printre palme, pumni sau cuvinte ascuțite. Priviri de prunci cu sau fără lumină în ochi. Sete sau foame. Invidie sau dragoste. Bârfă sau laudă. Rugăciuni sau blesteme. Lumină și întuneric. Și toate acestea, doar într-un bloc. Dar câte blocuri sunt, câte orașe, câte țări...

Fiecare om e ca un fluture în zbor. Unii zboară mai sus decât alții, dar fiecare zboară cât de bine poate. De ce să îi compari între ei? Fiecare este diferit. Fiecare este frumos. Fiecare este special.

Mustește durerea pe pământ și Hristos umblă cu medicamentul în mână, oferind primul ajutor clipă de

clipă. Oamenii fac tot ce este posibil, iar Dumnezeu face imposibilul.

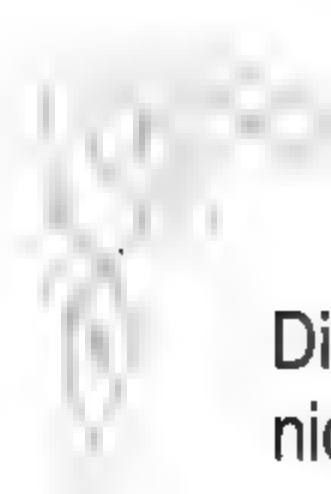
Doamne,
dă-ne curajul și puterea de a iubi
fără limite sau teamă,
ca să Te putem cunoaște
în adevărata libertate
de a fi Viu.

Poftă de viață!

**Ori de câte ori te doare, strânge-mă de mână
și îți voi spune că te iubesc mult de tot!**

Un copil poate să își recunoască mama dintr-un grup de femei, legat la ochi, ghidat doar de intuiție, de atingeri, și de miros. S-a experimentat acest lucru. Mereu mă impresionează cazul acelei mame căreia i-a murit copilul la scurt timp după naștere. Apoi medicii au constatat decesul și, înainte de a fi dus la morgă, mama a cerut să-l mai țină în brațe. După două ore copilul a revenit la viață. Nimeni nu își poate explica ce a putut transmite mama prin puterea îmbrățișării, prin urletul ei de durere, prin dorința de viață... Așa cum alăptatul matern îmbunătățește dezvoltarea creierului la nou-născuți, la fel și atingerea mamei duce la o creștere emoțională sănătoasă a pruncului.

Am observat că este împovăraător pentru copii să simtă dizarmoniile de cuplu ale părinților... Copiii poartă în ei multe povești. Pline de zâmbete sau îmbrăcate în suspine... Când ți-ai ascultat puiul ultima oară povestind despre el, despre tine, despre voi?...



Din ziua în care va pleca de acasă nu vei mai încuia niciodată ușa inimii.

Oamenii care suferă îi fac și pe ceilalți să sufere. Suferința este prețul plătit de noi atunci când vrem să mai amânăm un pic schimbarea. Ne readaptăm parametrii. Și zâmbim. E doar un joc. Aici avem nevoie de copilul din noi, cel care iartă, uită și din nou reconstruiește castelul luat de valuri...

- Câți ani aveai când am apărut pe lume, mami?

- 30 de ani. De ce?

- Ce păcat! Gândește-te cât am stat fără să ne cunoaștem, spuse copilul...

*Suntem pe pământ
să dăruim și să primim iubire!*

Când ești la podea se întâmplă ceva. Oricât de rece ar fi, umbra din noi vorbește în întuneric. Gânduri și emoții reprimare care ne îmbolnăvesc mai mult decât ne putem imagina. Lumea se îndreaptă spre un iceberg sau nu? Poate e nevoie de un cutremur pentru a ne trezi. Sau de o lumină orbitoare.

Mulți oameni poartă o mască: seducătorul, inteligentul, timidul, răsfățatul, plângăciosul, tiranul etc. Tu ce mască porți? Ce chip prezinți lumii și cine ești tu cu adevărat? Ce răni se află pe interior și se vor eliberate, acceptate și iubite? Ele sunt un dar a ceea ce suntem fiecare. Ce respingi și ce îngropi în tine? Unde nu îți dai voie să fii întreg, viu? Mediul social te face să treci printr-un proces de detoxifiere sau de formolizare? Orice rană ai avea, ori o folosești tu pe ea, ori ea te va folosi pe tine. Lucrurile cu care nu putem coexista, nu ne vor lăsa să trăim. Îmbrățișează ceea ce ești cu adevărat și nu te mai urî! Există libertate în diversitate. Nu mai arunca vorbe grele înspre tine! Traumele schimbă procesul creierului și generează varietăți ale hormonilor în corp. Sănătatea

este strâns legată de emoții. Pot recunoaște expresia oricărei dureri sufletești în corp. Obezitatea, diabetul, cancerul, bolile de inimă, sunt rezultatul emoțiilor și experiențelor neprocesate și pietrificate. Nu doar ce mănânci sau bei influențează sănătatea, ci mai ales ceea ce gândești și ce simți. Experiența îngrozitoare sau întunecată poate fi o lecție despre iubire sau iertare ce merită trăită. Sunt experiențe revelatoare, pentru a privi lumea într-o lumină nouă. Este o mare binecuvântare!

Nu îți mai fie frică, există înțelepciune în orice rană. Iartă-te în totalitate și iartă și pe celălalt! Acesta este culoarul între prezent și viitor. Ai găsit Lumina în întuneric! Îmbrățișează, meriți mai mult! Îți doresc iubire și fericire!

*Poți răni cu un cuvânt sau poți vindeca
cu un xâmbet...*

*Motto: A comunica înseamnă a te căsători cu celălalt,
a-l recunoaște, a pătrunde în inima sa și a ști să ieși,
fără să-i atingi libertatea...*

Este necesar să parcurgem pașii singurătății pentru a
aprecia viața de cuplu.

După ce cunoaștem setea, savurăm apa.

După ce gustăm tristețea, apreciem bucuria.

Înțelegem moartea pentru a da o semnificație vieții.

Cine se iartă pe sine, poate ierta și pe ceilalți.

Cine se acceptă pe sine, poate accepta pe ceilalți.

Cine se simte vinovat, îi face și pe ceilalți să se simtă
vinoși.

Cine nu are încredere în sine, nu poate avea în ceilalți.

Cine nu se respectă, nu poate respecta.

Cine se înșală pe sine, înșală și pe alții.

Cine nu se condamnă, nu judecă nici pe alții.

Cine este blând cu sine, poate fi blând și cu ceilalți.

Cine supraviețuiește astăzi, mâine va fi liber...

Frica bătu la ușă
Curajul ieși să deschidă
și nu găsi pe nimeni...



Fă-mi loc în liniștea ta!

În locul unde am plâns, s-au înălțat visuri.
În locul unde am iubit, a răsărit viața.
În locul unde am trăit, am găsit timpul.
În locul în care am căutat, am fost găsit.
În locul în care se repetau istorii, nu m-am certat,
ci am plecat de tot.
În locul în care oamenii bârfeau, mirosea a moarte.
În locul în care oamenii se plângeau, era întuneric în miez
de zi.
În locul în care oamenii invidiau, am plâns după Omul din
ființe.
În locul golit de tot, am crezut în iubire.
În locul în care am aflat singurătatea, am sărutat suflete.
În locul în care oamenii căutau dreptatea, am adus bucuria.
În locul în care nu am știut să pun un cuvânt la locul lui,
am lăsat inima să mângâie.
În locul în care oamenii zâmbeau, cântau îngeri.
În locul în care era urât, am scormonit cu ambele mâini în
noroi și am descoperit frumosul.
În locul în care am strigat, nu se mai aude nimic.
În locul în care ne-am întâlnit, mintea a îmbrățișat inima.
În locul în care nu exista sens, am creat eu unul.
În locul în care se auzeau țipete, am ascultat șoaptele.
În locul în care oamenii rosteau doar vorbe, iubirea era
absentă și Dumnezeu îi căuta în tăcerile de după tăcere.

Am găsit locuri în care un adevăr prost înțeles devenise mai periculos decât o minciună...

Mi-am amintit viitorul din mine, din tine când am șters umbrele pe care le-a lăsat...

Mi-am vărsat sufletul pe hârtie ca o spovedanie publică, căutând, căutându-mă.

Am donat o picătură de sânge istoriei ce va deveni crin.

Nu mă judeca! Am făcut ce am simțit pe unde am trecut...

Cuprins

Mulțumiri	7
Aprecierile cititorilor	9
„Aș vrea să îi fie cald lui Dumnezeu la mine în inimă!”	15
Iubirea e sfântă, fără sfârșit!	28
„Îți mulțumesc, Doamne, că Te-ai gândit să fiu și eu!”	40
„Omul are nevoie să fie atins atât de gingaș cu dragoste!”	48
La taifas despre bucurie cu părintele Hrisostom Filipescu	61
Inocență	77
Ecou	78
Lumânare	80
Chenoză	81
Curcubeu	82
Vântul	83
Rază	84
Ape	85
Îcoană	87
Aș vrea... ..	88
Dorul	89
Poartă	92
Aură	93
Diamant	95
Baladă	96
Plouă	101
Dacă... ..	102
Voroavă	104
Trup și Duh	105
Furtul	106
Frunze pe bancă	108
Doamne,	109
Poezia apei	111
Poezia focului	112
Somn	114
Paravan	116

Vitrină	117
Popas prin suflet.....	119
Zăduf	121
Timpul mă lasă să fiu timp.....	122
Suflet înverzit.....	123
Mi-am pierdut umbra... ..	124
În marea de cuvinte.....	125
1821	126
Ctitorie	129
Lumina de la schit	132
Sevă de inspirație	133
Cine, unde, de ce ?	134
Tată.....	135
Fiii Învierii	137
Pâine și Apă	139
Strajă	140
Plouă din mine spre cer.....	141
Copacul	142
Până la înălțimea privirii... ..	143
Tiptil, suflet de copil	147
Tăcerea îmbrățișării.....	149
Picătură de liniște... ..	151
Ce a fost, a fost. Ce este, este. Ce va fi, va fi.	154
Dacă... ..	156
Fă Rai din ce ai!	159
Să vorbim despre frumos!	161
În iubire, „Nu” se transformă în „Da”.....	163
Judecata din oglindă	165
Cele mai simple lucruri sunt minuni.....	168
Mângâierea, atingerea sufletului	170
Liniște zgomotoasă	172
Life is life.....	173
Mai avem timp?	175
Traversând râul vieții	177
Când obolesc îmi odihnesc obrazul pe infinit... ..	178
Durerea, o potecă pe calea Schimbării	181
Inimă... ..	183
Adevărul care doare sau minciuna care vindecă?	185

În ochii tăi nu mai e vară, ci toamnă.....	188
Filă de jurnal... ..	191
Culorile inimii	193
Dacă vreodată voi avea nevoie de tine, pot să te chem?	195
Ești bine cu tine?	197
Sunt oriunde și pe nicăieri... ..	200
Despre animale	203
Ai îndoieli?	204
În mine sunt plin de tine... ..	206
Ascultă, Privește, Atinge!	207
Cel mai mare păcat este să stingi soarele ființei!	210
Lăsăm toate trăirile noastre în mâinile lui Dumnezeu?	212
Confunzi băătăia cu gălăgia?	214
Cântecul iubirii Mele.....	217
Cântecul tăcerii mele.....	221
Viața cetății.....	223
Poftă de viață!	225
Suntem pe pământ să dăruim și să primim iubire!	227
Poți răni cu un cuvânt sau poți vindeca cu un zâmbet.....	229
Fă-mi loc în liniștea ta!	230
Cuprins	232

DIFUZARE:

S.C. Supergraph S.R.L.

Str. Ion Minulescu nr. 36, sector 3

031216, București

Tel.: 021-320.61.19; fax: 021-319.10.84

e-mail: contact@supergraph.ro

www.librariasophia.ro

www.sophia.ro

Societatea de Difuzare SUPERGRAPH vă oferă
posibilitatea de a primi prin poștă cele mai bune cărți de
spiritualitate, teologie, cultură religioasă, artă, filozofie
apărute la edituri de prestigiu.

Plata se face ramburs la primirea cărților;
taxele poștale sunt suportate de Supergraph.

Vă așteptăm la **LIBRĂRIA SOPHIA**

str. Bibescu Vodă nr. 19,

040151, București, sector 4

(lângă Facultatea de Teologie)

tel. 021-336.10.00; 0722.266.618

www.librariasophia.ro

***L**a școala vieții nu se dau diplome. Promovarea este pecetluită cu fericirea, iar corigența cu nefericirea. Se dau restanțe până se iau note de trecere la toate examenele. Fiecare clipă pe care o trăim reprezintă șansa de a schimba totul în viața noastră. Rușinea și critica nu schimbă niciodată o persoană. Lumea are nevoie de dragoste. Orice om are o poveste. Dacă ar sta cineva să te asculte ar scrie o carte sau poate ar face un film la care unii ar plânge, alții ar râde. Învățăm să privim spre cruce, spre Hristos, spre Înviere. Adorm mestecând cele trei cuvinte... Această clipă nu se mai întoarce niciodată!...*





*În rugăciune poți iubi pe oricine,
oricând, oricât de mult. Toate
orele, toate zilele le topesc doar
în palma Ta, Doamne... Un înger nu
poate vorbi de rău alt înger. Inima se
desface ca un crin și miroase a Dragoste.
Suflete, te las să zbori și îți dau motive să
te întorci. Fiecare, prin sufletul celuilalt,
zboară spre Lumină. Există o Cale. Nu
murim când murim, ci murim când nu
mai iubim. Mă cuibăresc lângă Doamne,
ca lângă un Tată, și primesc iubirea.
Împărăția lui Dumnezeu este în inimile
pline de iubire. Intră, dar nu trânti ușa în
nas. Prezența ta să aducă fericire!...*

*Să iubești și să ai grijă de sufletul tău,
om frumos! Cândva vei zâmbi dintr-o
poză de album...*



9 786061 322176